

# ٹیلی ویژن دیکھ سکتے

ٹیلی ویژن سے اپنے خیالات اور  
پیغامات پہنچانے والی منفرد و مستند کتاب

مرچو

دالہ بون ہر دیکھ



ٹیلی پتھی سائنس کے خیالات اور پیغامات پہنچانے والی منفرد و مستند کتاب

# ٹیلی پتھی سیکھئے

مؤلف: اقبال احمد مدنی

شعبہ ایجنسی  
نویڈاسکوائر  
اردو بازار  
کراچی

Ph:32773302

## فہرست

| صفحہ | عنوان                    | صفحہ | عنوان                            |
|------|--------------------------|------|----------------------------------|
| 29   | منکس تصادم               | 6    | ٹیلی بیسی کیا ہے؟                |
| 32   | خود کا تجربہ             | 6    | بین الاقوامی شہرت                |
| 33   | روحانی اور نفسیاتی عوامل | 8    | سائنس دانوں پر اندہ خدا اعتقاد   |
| 36   | ایک جینی طرحہ کار        | 10   | خارق العادات مظاہر فطرت          |
| 37   | ہردئی شش کش              | 13   | مستقل حرازی                      |
| 39   | ہردئی روحانی شرائط       | 16   | کامیاب تجربات کیلئے جسمانی شرائط |
| 42   | مستقل حرازی              | 17   | اخلاقی اصول اور نظریہ            |
| 44   | تصویری شعور              | 20   | نوری ہالہ (AURA)                 |
| 46   | ٹیلی بیسی کی تربیت       | 21   | عام شرائط                        |
| 48   | عال اور معمول            | 24   | ٹیلی بیسی کی مشقیں               |
| 49   | آرام اور سانس کی تکنیک   | 27   | ترسیل اور وصولیاتی               |

## جملہ حقوق بحق پبلشر محفوظ ہیں

نام کتاب \_\_\_\_\_ ٹیلی بیسی کیسے  
 مؤلف \_\_\_\_\_ اقبال احمد دینی  
 ناشر \_\_\_\_\_ شیخ بک انجنی  
 پرنٹر \_\_\_\_\_ خالد پرنٹر کراچی  
 سن اشاعت \_\_\_\_\_  
 قیمت \_\_\_\_\_ روپے

| صفحہ | عنوان                          | صفحہ | عنوان                                |
|------|--------------------------------|------|--------------------------------------|
| 77   | روحانی موجودات                 | 52   | مشروط الکاس                          |
| 79   | ٹیلی پیمنٹی کے خیالات کی شکلیں | 53   | ٹیلی پیمنٹی کا مخصوص تجربہ           |
| 80   | برقی ہوئی روح                  | 55   | خاموش گفتگو                          |
| 82   | جنس متحرک                      | 56   | پہلا تجربہ                           |
| 84   | شیخ بنی کی پرکاشن              | 58   | معمول کے فرائض                       |
| 88   | ٹیلی پیمنٹی اور پرکا           | 61   | بیانات کا تاخیر سے وصولیابی          |
| 91   | خیالات کی مابیت                | 62   | چنانچہ ہم سر ہم کے ذریعے ٹیلی پیمنٹی |
| 93   | نورانی پیکر                    | 66   | حیوانی حسی طبیعت                     |
| 94   | افعال الکاس کے مضامین          | 67   | بائے تر روحانی مظاہر فطرت            |
| 96   | ایک سوال                       | 68   | فرائض میں آئی ہوئی کیفیت             |
| 97   | ٹیلی پیمنٹی سیکھنے سے پہلے     | 70   | نشأ و روایہ کا استعمال               |
| 100  | شیخ بنی کی مشق                 | 71   | غریب میں ٹیلی پیمنٹی                 |
| 101  | وفا کی کمی حاصل کرنے کے طریقے  | 72   | ٹیلی پیمنٹی اور دوسرے مظاہر فطرت     |
| 104  | ٹیلی پیمنٹی پر ایمان اور علاج  | 74   | بہودوں پر ٹیلی پیمنٹی کے اثرات       |
| 109  | احساس کسری                     | 76   | عقل شدہ توانائی                      |

## ٹیلی پیمنٹی کیا ہے؟

حالانکہ یہ تعریف غیر معمولی مظاہرہ قدرت کا احاطہ کرنے کے لیے بہت کافی تھی۔ مگر مذکورہ بالا سوسائٹی نے ٹیلی پیمنٹی کی شعوری کوششوں کو بلا ارادہ ٹیلی پیمنٹی سے ممتاز کرنا ضروری سمجھا اور اس سلسلے میں ایک نئی اصطلاح وضع کی جو ”ترسیل خیالات“ کے نام سے موسوم کی جاتی ہے۔ اس طرح ”ٹیلی پیمنٹی“ کی اصطلاح نئے اور وسیع تر مفہوم سے آشنا ہوئی جو آج تک قائم ہے۔ نئی زبانہ خیالات، احساسات اور خواہشات کی ایک ذہن سے دوسرے ذہن میں منتقلی ”ٹیلی پیمنٹی“ کہلاتی ہے خواہ اس کے لیے شعوری طور پر کوشش کی گئی ہو یا یہ عمل بلا ارادہ انجام پایا ہو۔ جب ایسی ہی آرکی بنیاد رکھی گئی تھی تو اس کا مقصد ٹیلی پیمنٹی اور ترسیل خیالات کے عمل کو طبعیہ طبعیہ دو مختلف زاویوں سے پرکھنا تھا مگر جب اس ضمن میں جمع کی گئی شہادتوں کا باریک بینی سے جائزہ لیا گیا تو ہر دو اصطلاحات میں چنداں فرق نہ پایا گیا۔ لہذا بعد میں یہ طے پایا کہ ”ترسیل خیالات“ کی عام سی اصطلاح کو ترک کر کے ٹیلی پیمنٹی کی وسیع المفہوم اصطلاح استعمال کی جائے اور اسے نئے معنی اور نئے افق سے روشناس کرایا جائے۔

چنانچہ آج یہ لفظ اتنا عام ہو گیا ہے کہ اسے سننے ہی ہمارے اذہان میں جو تصور آتا ہے وہ ”بظاہر کسی واسطے کے بغیر خیالات کی ایک ذہن سے دوسرے ذہن میں منتقلی کے سوا کچھ اور نہیں ہے۔“

### بین الاقوامی شہرت

ہر چند کہ ہمارے موجودہ موضوع کے اعتبار سے ایس پی آر کی تاریخ کو مزید کھنگالنا ضروری نہیں ہے مگر اس بات کا تذکرہ بہر حال ضروری ہے کہ مذکورہ سوسائٹی غیر معمولی واقعات کی سائنسی تحقیقات کے سلسلے میں کیا مقام رکھتی ہے۔ درحقیقت ایس پی آر کی سائنسی توجیہات اور اس کا فراہم کردہ مواد عالمی طور پر اتنا معتبر اور مستحکم مانا جاتا ہے کہ اسے بطور دلیل پیش کیا جاسکتا ہے۔ ہم میں سے اکثر افراد جب اس موضوع پر کام شروع کرتے ہیں تو شدت سے یہ خواہش کرتے ہیں کہ کاش سوسائٹی کے پیش کردہ حوالہ جات کچھ اور وسیع ہوتے۔ دراصل سوسائٹی کے کیے ہوئے کام میں غی راجہاں تو کافی جاسکتی ہیں مگر ان کے پیش کردہ نتائج سے مخرب ہونا محال ہے۔ باوجود اس کے کہ جب سوسائٹی نے اس کام کی ابتدا کی تھی اس کے بعد سے آج تک اس موضوع پر بہت کام ہو چکا ہے۔ اور متعدد نئے انکشافات ہو چکے ہیں مگر آج بھی جب ہم اس موضوع پر اہترا کر رہے ہیں تو ہمیں قدم قدم پر سوسائٹی کی رہنمائی درکار ہوتی ہے جو اس بات کا اعتراف ہے کہ سوسائٹی نے جو بھی نتائج اخذ کیے ہیں وہ بہت زیادہ دشواریں حثیت رکھتے ہیں اور بعد از بسیار تحقیق ان تک پہنچا گیا ہے۔

یہاں یہ بات بھی نوٹ کیے جانے کے لائق ہے کہ سوسائٹی کی تحقیقات کسی باقاعدہ نصاب کے تحت عمل میں نہیں آتی ہیں بلکہ اس کے ہر ممبر کو آزادی ہے کہ وہ اپنے ذاتی مشاہدات اور تجربات کی روشنی میں نتائج حاصل کرے۔ مگر کسی ممبر کو یہ اختیار نہیں ہے کہ وہ اپنی رائے کو سوسائٹی ہذا کی رائے قرار دے سکے۔ ایسا اسی وقت ہو سکتا ہے جب انفرادی تجاہیز سوسائٹی کے سامنے پیش کی جائیں اور وہ ان کے طویل اور مبرآزما امتحانات کے بعد ان کی توثیق کر دے۔ ایس۔ پی۔ آر کی بنیادی تحقیقات سے قطع نظر اس میدان میں انفرادی اور اجتماعی بنیادوں پر اور بھی بہت کچھ کیا جا چکا ہے۔ یہاں تک کہ بعض کیونٹ ممالک سے بھی یہ خبریں موصول ہو رہی ہیں کہ وہاں بھی اعلیٰ سطح پر روحانی تحقیقات کا کام شروع کیا جا چکا ہے۔ مگر اس سلسلے میں انہیں جو پہلی دشواری پیش آتی ہے وہ یہ ہے کہ لینن اور مارکس کے قلمی ”جدلیاتی مادیت“ کے پیروکار ہونے کی وجہ سے انہیں خارق العادات مظاہر قدرت کی سائنٹیفک توجیہ تلاش کرنی پڑتی ہے اور نہ صرف یہ بلکہ انہیں مابعد الطبیعیاتی مشاہدات کی خالصتاً مادی تفسیر نظر سے وضاحت بھی کرنی پڑتی ہے۔ جو سراسر دشوار اعمیل ہے۔ مثلاً یہ سوال کہ آیا تمام جانی پہچانی مادی توانائیوں کی طرح ٹیلی پتھی بھی مسکوس خالوں میں سرگرم عمل ہے یا نہیں؟ بظاہر ایسا نہیں ہے مگر اپنی پردے کے پیچھے کیونٹ ممالک مسلسل اس تگ و دو میں مصروف ہیں کہ کسی طرح ٹیلی پتھی کو بھی جدلیاتی معادیت کے عمومی قلمی کے قالب میں ڈھال لیں۔

ان سے قطع کچھ اور افراد بھی ہیں، جو کسی خاص قلمی یا نظریہ حیات پر

یقین نہیں رکھتے مگر جو نہایت سنجیدگی سے ٹیلی بیسی کی تحقیق کو اپنا شعار بنا چکے ہیں مگر ان کی توجہ زیادہ تر حیات بعد الممات اور اس پر ٹیلی بیسی کے حتمی یا مثبت اثرات کا پتہ لگانے تک محدود ہے۔ یہ بہر حال ایک حلیم شدہ امر ہے کہ ٹیلی بیسی اب کوئی غیبی علم نہیں رہا بلکہ اپنی تمام تر دستوں کے ساتھ مہر عام پر آ گیا ہے۔ اور اس کی حیثیت اب شکوک و شبہات سے بالاتر ہو گئی ہے۔ صرف چند قریب المرگ سائنسدان اس حقیقت کو تسلیم کرنے سے اب تک انکار ہی کر رہے ہیں مگر ان کی حیثیت ان پڑھوں سے مختلف نہیں ہے جو آج بھی زمین کو گول ماننے پر تیار نہیں ہیں اور اس پر اصرار کرتے ہیں کہ دنیا گائے کے سینگ پر تکی ہوئی ہے۔

### سائنس دانوں پر اندھا دھند اعتقاد

یقیناً ایسے افراد کی کمی نہیں ہے جو اب بھی ان چیزوں کو خرافات کا نام دیتے ہیں مگر ان سے بھی فرد افراد بات کی جائے تو وہ یہ ماننے پر مجبور ہو جاتے ہیں کہ انسان میں کچھ نامعلوم قوتیں یقیناً سرگرم عمل ہیں جنہیں یہ کوئی نام نہیں دے سکتے مگر اس پر اصرار کرتے ہیں کہ جلد یا بدیر سائنس دان اس کا پتہ چلا لیں گے۔

سائنس دانوں پر یہ اندھا اعتقاد بالکل اسی نوعیت کا ہے جو اب سے کچھ عرصہ قبل تک صرف مذہبی مبلغین کے لیے وقف تھا۔ بہر حال سائنس دان وہ ہوتا ہے جو اپنی دماغی صلاحیتوں کو تحقیق اور تجربات کے لیے استعمال کرتا ہے اور اس طرح کوئی بھی شخص جو اپنی ذہنی صلاحیتوں کو اس طرح کسی معاملے کی تہ میں دیکھنے کے لیے استعمال کرتا ہے، سائنسدان کہلائے جانے کا مستحق قرار دیا جاتا

ہے۔ مثال کے طور پر سائنس دان مظاہر قدرت کا مشاہدہ کرتا ہے، تیسوری تشکیل دیتا ہے، اس تیسوری پر بار بار مختلف زاویوں سے تجربات کرتا ہے اور بالآخر اپنے مشاہدات اور تجربات کی روشنی میں ایک کلیہ یا نظریہ سامنے لاتا ہے۔ اب اس کلیہ پر اس کے ہم عصر دوسرے سائنس دان کام کرتے ہیں، اس پر نہایت سختی سے تنقید کرتے ہیں، بار بار تجربات کرتے ہیں اور پھر آخر کار کسی نتیجے پر پہنچ جاتے ہیں۔ اس طرح جو چیز سامنے آتی ہے وہ یقیناً ہر لحاظ سے مکمل ہوتی ہے۔ کیونکہ ابتدائی کلیہ یا نظریہ میں اگر کوئی غامبی ہوتی ہے تو وہ اس مرحلے تک پہنچنے تک پہنچے دور ہو چکی ہوتی ہے۔ اور چونکہ یہ آخری بات متحد سائنس دانوں کے اتفاق رائے سے سامنے آتی ہے، لہذا اسے انسانوں کی ایک بڑی تعداد کی حمایت حاصل ہوتی ہے۔

تقریباً تمام انسانی رویوں میں یہ بات مشترک ہے کہ وہ اکثریت کا ساتھ دینا پسند کرتے ہیں اور اگر انہیں کبھی پیش روؤں کے چھوڑے ہوئے نقوش پا سے گریز کرنا پڑے تو وہ جمعی طور پر جھجکا کا شکار ہو جاتے ہیں اور نہ صرف یہ کہ وہ نیا قدم اٹھاتے ہوئے ہچکچاتے ہیں بلکہ اکثر اس کے خلاف جذباتی اعزاز میں سرگرم عمل بھی ہو جاتے ہیں۔ یہ انسانی احساسات کا وہ تاریک سمندر ہے جس میں اکثر ہم سے بہترین افراد بھی ڈوب کر لاپتہ ہو جاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بھیر چال کی عظیم جمعی قوت جو ہم میں سے ہر ایک میں ہے، ہم کو نئے نظریات سے برگشتہ کرنے کا کام کرتی ہے۔ یہ عمل ہمارے اندر غیر محسوس طریقے پر وقوع پزیر ہوتا ہے اور ہم اکثر بغیر سوچے سمجھے ایسے تمام نظریات کو رد

کرتے چلے جاتے ہیں جوئے ہوں اور جن سے چیزوں کی ایک مقررہ ترتیب میں فرق آ رہا ہو۔ چنانچہ انسانی فکر ایک گھسے پٹے راستے پر چل رہی ہے اور اس کا یہ رجحان ہزاروں سال میں اتنا پختہ ہو گیا ہے کہ اب اسے آسانی سے تبدیل نہیں کیا جاسکتا۔ پروفیسر اولیور دیندل ہوجزائی کتاب ”ناشتہ کی میز پر ایک پروفیسر“ میں کیا خوب لکھتا ہے۔ ”ایک گھسا ہوا راستہ ایک قبر کی مانند ہوتا ہے، اگرچہ اتنا گہرا نہیں۔“ بہر حال ایک گھسا ہوا راستہ بہت جلد انفرادی فکر کی قبر میں تبدیل ہو سکتا ہے۔ تاریخ بتاتی ہے کہ جس طرح اس خرابی کی ذمہ داری تمام معاشروں پر مسادینہ تقسیم ہوتی ہے اسی طرح ہر معاشرے اور ہر دور میں ایسے افراد بھی پیدا ہوتے رہے ہیں جو ان اتنا پسند روایات کے خلاف علم بغاوت کرتے ہیں اور دنیا کے سامنے نئے نظریات پیش کرتے ہیں اور یہ نظریہ سائنسی، طبی، مذہبی اور فکری کسی بھی نوعیت کے ہو سکتے ہیں۔

### خارق العادات مظاہر فطرت

فی زمانہ، اگر ہم دیکھیں تو یہ بات ہمیں ایک عظیم تحریک کی صورت میں نظر آتی ہے جس میں نئے انکار کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے اور زندگی کی حقیقتوں کو نئے زاویہ نگاہ سے دیکھنے اور پرکھنے کی دعوت دی جاتی ہے، خاص طور پر اس زاویہ نگاہ سے جس کو انتہا پسند قدامت پرست مذہبوں سے روکرتے رہے ہیں۔ مگر اس کے ساتھ ہی یہ کافی دکھ کی بات ہے کہ زندگی کو نئے زاویہ نگاہ سے دیکھنے کا دعویٰ کرنے والے یہ افراد بھی جب غیر معمولی مظاہرہ قدرت کی بات کرتے

ہیں یا پھر حد سے بڑھی ہوئی خوش اعتقادی سے یہ ان چیزوں کو دیے ہم تسلیم کر لیتے ہیں جیسی کہ وہ نظر آتی ہیں۔ دیکھنے میں آیا ہے کہ جو لوگ غصوں مادیت پر یقین رکھتے ہیں..... وہ خارق العادات اور غیر معمولی مظاہر فطرت کا چشم خود مشاہدہ کرنے کے باوجود اسے بہ یک جنبش لب رو کر دیتے ہیں اور اس سلسلے میں کسی بھی حقیقت و جستجو کو فضول گردانتے ہیں۔ دوسری طرف وہ افراد ہیں جو روحیت پر یقین رکھتے ہیں اور اس ضمن میں جو کچھ نہ پاتے ہیں، اس پر انھیں ہند کر کے ایمان لے آتے ہیں، ظاہر ہے یہ افراد بھی خارق العادات مظاہر فطرت کو صحیح طور پر سمجھنے سے قاصر رہتے ہیں۔ درحقیقت یہ دونوں ہی گروپ انتہا پسندانہ رجحانات کے حامل ہیں لہذا دونوں ہی اپنے اپنے تعصبات کی روشنی میں ایک دوسرے کی تردید کرنا پنا فرض محسی سمجھتے ہیں اور ہم یہ کہ فریقین میں سے کوئی بھی نہ تو عقلی دلائل کا سہارا لیتا ہے اور نہ ہی تجربات کی بنیاد پر گزرنے کے لیے تیار ہے لہذا یہاں ہمارا مخاطب ہر سطح کے آزاد خیال اور غیر جانبدار مفکرین سے ہے جو تویں ہی کسی شے کو تسلیم کر لیتے ہوں اور نہ ہی اسے خواہ مخواہ رد کر دیتے ہوں۔ ہم یہاں ان کے سامنے کچھ اطلاعات کی صورت میں خام مواد فراہم کرتے ہیں اور انہیں دعوت فکر دیتے ہیں کہ وہ ان خارق العادات مظاہرہ فطرت کا صحیح سائنسی نگاہ نظر سے جائزہ لیں اور محلی تجربات سے گزر کر کسی ایسے نتیجے پر پہنچنے کی کوشش کریں جسے بظاہر ہر سائنسیک قرار دیا جاسکے۔

بعض لوگ خیال کرتے ہیں کہ ان تجربات کے لیے تجربہ گاہ، احتیاتی ٹنکیاں اور برقی آلات و لوازمات اتنی ہی ضروری حیثیت رکھتے ہیں جتنی کہ

سائنس دانوں کے لیے۔ مگر یہ خیال صرف جزوی طور پر درست ہے۔ دراصل اس کا انحصار بڑی حد تک اس بات پر ہے کہ ہم کسی موضوع پر تحقیق کرنے جا رہے ہیں۔ طبیعیات، کیمیا، حیاتیات، الیکٹرونکس، نفسیات وغیرہ، سب اپنے اپنے آلات رکھتے ہیں۔ جن میں سے بعض بہت پیچیدہ بھی ہوتے ہیں۔ اور بعض بے حد سادہ۔ مگر روحیت پر تحقیق کرنے والے بہت کم یہ آلات استعمال کرتے ہیں۔ اکثر وہ بعض ریکارڈ کرنے والے آلات کا استعمال بھی کرتے ہیں مگر بنیادی طور پر ان کا سب سے اہم تجرباتی آلہ وہ ذات خود ہوا کرتے ہیں۔

یہاں تک میں نے ٹیلی پتھی کا صرف سائنسی نکتہ نظر سے جائزہ لیا ہے جو کہ ہمارے دستور العمل اور اس کے منطقی حاصل کے لیے بے حد ضروری ہے۔ جبکہ اکثر لوگ سوسائٹی کے سائنسی زاویہ نگاہ کی بہت زیادہ پروا نہیں کرتے اور وہ محض یہ جاننے کے خواہش مند ہوتے ہیں کہ آیا علم کی یہ شاخ یعنی ٹیلی پتھی واقعات وجود رکھتی ہے یا نہیں۔ یہ کس طرح کام کرتی ہے، ایک عام آدمی اسے کس طرح اپنے اندر ترقی دے سکتا ہے اور اس سے کیا کام لے جاسکتے ہیں؟ اس طرح ہم اخلاقی قدروں اور بیناؤں کے ایک عجیب دورا ہے پر آکھڑے ہوتے ہیں جہاں ہم آرٹ کے فوائد اور نقصانات پر بحث کرنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ ظاہر ہے فطرت کے اور تمام مخلوق کی طرح ٹیلی پتھی کا بھی ہر سطح پر صحیح یا غلط استعمال ناممکن ہے۔

ان تعارفیہ کلمات کے ساتھ ہی ہم یہ عہدوس کرتے ہیں کہ اب عام حالات کی ایک ایسی فضا تیار ہوگئی ہے جس کو بنیاد بنا کر ٹیلی پتھی کو سمجھنے کی راہ

میں قدم بڑھایا جاسکتا ہے اور یہ دیکھنے کی کوشش کی جاسکتی ہے کہ ٹیلی پتھی کس طرح کام کرتی ہے اور اس کی مختلف شکلیں کیا ہیں۔ اس کے ساتھ ہی ہم آئندہ صفحات میں ٹیلی پتھی کی بنیادی مشقیں فراہم کر رہے ہیں جو کہ اس لیاقت یا استعداد کو سرگرم عمل کرنے کے لیے ضروری ہیں۔ اس بات کا انحصار سراسر انفرادی رویہ پر ہے کہ آپ اپنی مشقوں اور تکنیکوں میں کس حد تک سائنسی طریقہ کار استعمال کرتے ہیں۔ عام حالات میں آپ اپنے کام کو جس حد تک سائنسی بنیادوں پر استوار کریں گے، اسی تناسب سے آپ اس کے بھترین نتائج کی توقع رکھیں جس حق بجانب ہوں گے۔ مگر چونکہ یہ موضوع اپنی نوعیت کے اعتبار سے علم کیسے یا ریاضی سے قطعی مختلف ہے۔ لہذا مصنف کے خیال میں اس موضوع پر بہت زیادہ سختی سے سائنسی زاویہ نگاہ کی ضرورت کرنا مناسب نہ ہوگا بلکہ اس ضمن میں کوئی درمیانی راستہ نکالنا زیادہ سودمند ثابت ہو سکتا ہے۔ ٹیلی پتھی کے باب میں ہمارا پہلا سبق نوع انسانی کے خیالات اور احساسات کو پرکھنے اور سمجھنے کی راست کوشش ہے۔ انہی کو ہم اپنے آلات کہہ سکتے ہیں جن کی مدد سے اس موضوع پر تحقیق کا آغاز کیا جاتا ہے۔ یہ ایک ایسا بنیادی نکتہ ہے جس اگر نظر اعماد دیا جائے تو کسی بھی نتیجہ کی توقع فضول ثابت ہو سکتی ہے۔

## مستقل مزاجی

اگرچہ ٹیلی پتھی کی استعداد کم و بیش ہر شخص میں پائی جاتی ہے اور اپنی خام نوعیت میں بہت عام ہے مگر اس خصوصیت کو ترقی دینے کی صلاحیت اتنی عام



نہیں ہے۔ یہ موضوع بے انتہا صبر اور مستقل حرا می کا مطالبہ کرتا ہے اور یہ خصوصیات ہر شخص میں دستیاب نہیں ہیں۔ جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے ہمارے آلات، بذریعہ اور نوع انسانی ہیں مگر انسانی ذہنی سطح اور اس کے احساسات چونکہ ہمہ وقت تغیر پذیر ہوتے ہیں لہذا ہمارا اس سلسلے میں مطلق رہنا از حد ضروری ہے کہ ہمارے معمول کو بدلتی ہوئی ذہنی سطح ہماری تحقیق میں کسی غامی کا باعث نہ بن جائے۔ ان بدلتی ہوئی کیفیات کا مشاہدہ عامل اور معمولی یعنی پیغامات بھیجے والے اور اسے وصول کرنے والے دونوں میں از حد ضروری ہے۔ مگر ان سب سے بڑھ کر اس مقصد کے حصول کے لیے ایک ایسی ذہنی سطح کی ضرورت ہے۔ جس کی تعریف و کٹورہ کے عہد کے ایک سائنس دان نے اس طرح کی ہے۔

”خود کو فطرت کے رحم و کرم پر چھوڑ دینے کی استعداد اور اس بات سے بے فکری کہ فطرت آپ کو کہاں پہنچا دیتی ہے۔“ خیال رہے کہ اس عمل میں آپ کو مستقل حرا می کے ساتھ ان عامل پر کار بند رہنا ہے جو کہ اس کے لیے از حد ضروری ہیں۔ اگرچہ ان شرائط کا تذکرہ آئے گا کہ ان میں سے کون سی شرائط میں نرمی اختیار کی جاسکتی ہے اور کن شرائط میں نہیں، مگر ابتدا میں ان پر سختی سے عمل پیرا ہونا ضروری ہے کیونکہ ابتدا میں آپ کے عمل کی اساس ہی حقائق کے مشاہدے پر ہے جن پر ظاہر ہے کسی طور کی چکیلا یا نرم رویہ اختیار نہیں کیا جاسکتا۔

کسی بھی نئے موضوع پر کام شروع کرتے ہیں اس بات کو نظر انداز کر دینا کہ اس موضوع پر پہلے کیا کچھ لکھا ہے، متاثر کن بھی ہو سکتا ہے۔ عیب یہ موضوع بھی اسی نوعیت کا حامل ہے کہ اگر اسی سلسلے میں کیے گئے سابقہ تجربات کو نظر انداز

کر دیا جائے اور بالکل نئے سرے سے کام کا آغاز کیا جائے تو اس کا حاصل یا تو صفر ہوگا یا بالکل نہ ہونے کے برابر، لہذا ضروری ہے کہ اس موضوع پر کام شروع کرنے سے قبل سابقہ تجربات اور ان کے نتائج سے آگاہی حاصل کر لی جائے تاکہ اپنے تجربات سے ان میں اضافہ کیا جاسکے۔ بہت ممکن ہے کہ آپ کے ساتھ ہی اور بھی کچھ افراد افرا دی طور پر ان ہی خطوط پر کام کر رہے ہوں اور انہوں نے اس میں کچھ نئی باتیں دریافت کر لی ہوں۔ جن کا علم بہر حال آپ کو ایک نیاز اور یہ نگاہ عطا کر سکتا ہے۔ چونکہ علم کی حدود متعین نہیں ہیں لہذا یہ قرین قیاس ہے کہ بعض لوگ ممکنہ طور پر اس نتیجے پر پہنچ چکے ہوں کہ مرکزی خطوط پر کام کرنے کے حقیقی فوائد نہیں ہیں بلکہ غشی راستوں سے نتائج پر نسبتاً جلد پہنچا جاسکتا ہے۔ ظاہر ہے ان تجربات کا علم ہمارا کافی وقت بچا سکتا ہے۔ اور ہم کم سے کم مدت میں بہتر سے بہتر نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔ عین ممکن ہے کہ جب ہم زیادہ مہارت حاصل کر لیں تو ہم پر یہ منکشف ہو کہ ان غیر پیدا آوری خطوط پر تحقیق کرنے کے کچھ اور فوائد ہیں مگر بہر حال اس نکتہ کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا کہ بنیادی محققین سے بھی غلطیاں سرزد ہو سکتی ہیں اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ وہ اپنی زندگی میں سراسر غلط خطوط پر کام کرتے رہے ہیں اور اب ہمیں اس زمانے میں ان کے خفاص سے آگاہی ہو جائے۔

یہاں اس واقعہ کا تذکرہ دلچسپی سے خالی نہ ہوگا کہ ایک زمانے میں ہزاروں ٹی بیلیٹڈ شخص اس بات پر متاثر کر دیا گیا تھا کہ یہ وہ دعوات نہ تھیں جس کی غرض سے کان کنی کی گئی تھی۔ مگر جب نامام کیوری نے ٹی بیلیٹڈ پر تحقیق کی تو

اس کا انکشاف ہوا کہ اس میں تو دنیا کی سب سے کامیاب اور اہم ترین دھات ریڈیم پائی جاتی ہے اور اب صورت حال یہ ہے کہ بیچ لینڈ کا شمار دنیا کی سب سے قیمتی دھاتوں میں ہوتا ہے۔ یہ تھمی پانی کے ساتھ ہی بچے کی بھی پیچیدگی دینے کی ایک مثال! لہذا میں ممکن ہے کہ جب ہم اپنی تحقیقات کے بعد کسی نتیجے پر پہنچیں تو ہمیں پتہ چلے کہ ساتھ تجربے اپنے نتائج کے لحاظ سے اس کے سامنے کچھ ہیں اور اس طرح آنے والوں کے لیے کسی نئی راہ کا تعین کر جائیں۔ علم کا ارتقاء اسی طرح ہوتا ہے تحقیقات سے ہی نئے زاویے نگاہ تک رسائی ہوتی ہے اور نئے حقائق شست از ہام کیے جاتے ہیں۔

اکثر کارکنین میں عام ہے کہ وہ اس قسم کی موضوعاتی کتابوں کا مطالعہ کرتے وقت اکثر تعارفی عنوانات نظر انداز کر دیتے ہیں اور جلد سے جلد اصل مشقوں کا آغاز کر دیتا چاہتے ہیں جو سراسر نا تجربہ کاری پر مبنی ہے۔ ان تعارفی کلمات کے دو اہم مقاصد ہوتے ہیں۔ اولاً یہ آپ کو اس موضوع پر ابتدائی معلومات فراہم کرتے ہیں اور دوسرے آپ کو معلومات کو اس مضمون کے علوم سے مربوط کرتے ہیں لہذا ضروری ہے کہ ان تعارفی کلمات کو ان کا جائز حق دیا جائے اور ان کو نظر انداز کرنے کی لگلی نہ دہرائی جائے۔ کیونکہ یہ آپ کو وقتی طور پر اس عمل کے لیے تیار کرنے کا کام کرتے ہیں جو کئی آئندہ صفحات میں بیان کیا جا رہا ہے۔

### کامیاب تجربات کے لیے جسمانی شرائط

کسی بھی مضمون پر تحقیق کرنے کے لیے یہ محض ایک اضافی قابلیت شمار

ہوتی ہے کہ آپ اس موضوع اور اس کی حدود کا جائزہ لینے کے قابل ہیں مگر ٹیلی بیٹھی جیسے نازک موضوع پر تحقیق کرنے کے لیے خصوصیت لازمی حیثیت رکھتی ہے۔ ہو سکتا ہے کہ ہم ایک سرسری سے خاکے کے سوا اس بات سے بے خبر ہوں کہ ہمارے دائرہ تحقیق میں کیا کچھ شامل ہے مگر یہ ایک بات ہمیشہ ہمارے ذہنوں میں ڈھنی چاہیے کہ کسی بھی مضمون خاص طور پر بہت ہی پیچیدہ اور بلا واسطہ طریقہ پر نوع انسانی پر تحقیق سے وابستہ ہے۔

### اخلاقی اصول اور نظریہ

ٹیلی بیٹھی کو مفصل مطالعہ کرنے سے قبل ہمارے ذہنوں میں یہ واضح ہونا چاہیے کہ آخر اس موضوع پر کام شروع کرنے کے محرکات کیا ہیں۔ ہم بہر حال جب کوئی نیا کام شروع کرتے ہیں تو اس کی کوئی وجہ ہوتی ہے۔ کوئی محرک ہوتا ہے تو جب ہم ٹیلی بیٹھی پر کام کا آغاز کرتے ہیں تو اس کے محرکات کا پتہ کیوں نہ چلا نہیں؟ ایک سادہ سا محرک تو یہ ہو سکتا ہے کہ ہم جاننا چاہتے ہیں اور اپنا علم بڑھانا چاہتے ہیں مگر کسی ایسے پراسرار اور دشوار العمل علم پر تحقیق کرنے کے لیے یہ کوئی جاندار علم نہیں ہے اور یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ جب ہم کسی نتیجے پر پہنچ جاتے ہیں تو اپنی معلومات کا کیا کرتے ہیں؟ دوسری تمام ڈھنی قوتوں کی طرح ٹیلی بیٹھی کو بھی اچھے اور برے دونوں مقاصد میں استعمال کیا جاسکتا ہے جبکہ اپنی بنیادی ساخت میں یہ خصوصیت یعنی ٹیلی بیٹھی اچھائی اور برائی سے قطع نظر ایک علم ہے، مصلحت ہے، خوبی ہے، جس کا اچھا یا برا استعمال اس کے حامل پر منحصر

ہے اور اس طرح ہماری گفتگو اخلاقی ضابطوں اور اصولوں کی ان حدود میں داخل ہو جاتی ہے جہاں مختلف نظریات ایک دوسرے سے متضاد نظر آتے ہیں اور ہمارے لیے فوری طور پر کسی نتیجے پر پہنچنا دشوار ہو جاتا ہے۔ مختلف قبیلوں کی تہذیبوں کی مختلف انواع اخلاقی قدریں ہمیں الگ الگ راہ سمجھاتی ہیں اور اس طرح ہم خواہشات، خیالات اور احساسات کے جنگل میں گم ہو کر رہ جاتے ہیں۔ اور تب ہی ہمیں ان رہنما خطوط کی ضرورت پڑتی ہے جو ہمیں ان پیچیدگیوں سے نجات دلا کر سیدھی راہ پر لگا دیں۔

ایک موقع پر کمیونسٹ پارٹی کے ایک بے حد ذمہ دار شخص نے یہ تحریر کیا کہ کوئی بھی شے جس نے کمیونسٹ پارٹی کو ذرا بھی فائدہ پہنچایا ہو، اچھی اور سچی ہے۔ اور اس طرح وہ تمام افراد جنہوں نے پارٹی کا ساتھ نہیں دیا جموٹے اور غدار ہیں۔ سوچئے گا یہ انداز اس سے کہیں زیادہ عام ہے جتنا کہ ایک عام آدمی خیال کرتا ہے۔ دراصل جب بھی کسی مسئلے سے ہمارا ذاتی مفاد وابستہ ہو جاتا ہے تو ہماری سوچ بھی کم دیکھیں ایسی ہی ہو جاتی ہے۔ جہاں تک ہمارے مفادات کا تعلق ہے، ہم میں فطری طور پر ایسے تمام نظریات کی مخالفت کرنے کا رجحان پیدا ہو جاتا ہے جن سے ہمارے خیال میں ہمارے انداز فکر پر ضرب لگنے کا اندیشہ ہو۔ نئے نظریات کی یہ مخالفت یقیناً سراسر جہالت ہے اور بے شعوری پر مبنی ہے مگر تاریخ شاہد ہے کہ ہر نئے خیال کو ہمیشہ نئے نوع انسانی کے اس رد عمل کا مقابلہ کرنا پڑتا ہے کہ ”اس خیال کو اسی وقت مفید سمجھا جاسکتا ہے جبکہ اس میں مجھے فائدہ پہنچانے والی کوئی بات بھی شامل ہو۔“ اگرچہ اس خام فخرے کو ہزار ہا مختلف

طریقوں اور ردیوں (چرے کے اتار چڑھاؤ اور حرکات و سکنات) سے ظاہر کیا جاسکتا ہے مگر یہ عوام کی اکثریت کا بنیادی رد عمل ہے۔ اگر ہم خود بالکل غیر جانبداری سے اس بات کا جائزہ لیں کہ ہم نے تحقیق اور جستجو کے لیے ٹیلی ویشن ہی کا کیوں انتخاب کیا تو بہت ممکن ہے کہ خود ہمارے اذہان کے کئی تاریک گوشے بے غائب ہو جائیں جس کا صاف مطلب یہ ہے کہ ہم بھی خطا کا نوع انسانی سے تعلق رکھتے ہیں۔ اور کسی طور بھی ان سے الگ نہیں ہیں۔

بہر حال، کچھ رہنما خطوط ایسے ضرور ہیں جن سے ہمیں رہنمائی حاصل کرنی چاہیے اور جو اخلاق کے تسلیم شدہ اصولوں سے پوری طرح وابستہ ہیں۔ نمبر ایک یہ کہ ٹیلی ویشن کی قوت کو کبھی صرف اپنے ذاتی مفاد میں استعمال نہ کیا جائے۔

نمبر دو، اس نئی قوت کو خدمت خلق کے لیے استعمال کیا جائے اور نہ مرتعین یہ کہ اس قوت کو کسی بھی قیمت پر یا کسی بھی حالت میں کسی شخص پر اس کی مرضی کے خلاف غلبہ حاصل کرنے کے لیے استعمال نہ کیا جائے۔ ہم اس بات سے پوری طرح باخبر ہیں کہ یہ اخلاقی ضابطے ہمارے اپنے مفادات کی دیکھ بھال کے لیے ہیں مگر ہم یہ بھی جانتے ہیں کہ ایک نام لکھے کے مطابق ہم غلطیوں سے مرعوب ہیں اور اپنے مقاصد کے لیے اگر کوئی بھی جائز و ناجائز طریقے سے استعمال کرنے سے نہیں چوکتے۔ بہر حال ان خارق العادات معاملات پر کام کرتے وقت اگر ہم مندرجہ بالا اصولوں کو مد نظر رکھیں تو یہ ہمارے حق میں بھی مفید ہوگا اور نوع انسانی کے لیے حق میں بھی۔

## نوری ہالہ (AURA)

روئے زمین پر پائے جانے والے ہر شخص کے گرد روحانی توانائی کا ایک حلقہ موجود ہوتا ہے۔ اس کی اہمیت بہت کچھ روشنی کے ہالے سے مراد ہوتی ہے لہذا اسے عرف عام میں نوری ہالہ کہا جانے لگا ہے۔ نوری ہالے کے بارے میں بے شمار روایتیں موجود ہیں جن میں سے بعض سراسر بے بنیاد اور حقائق پر مبنی ہیں۔ مگر چونکہ ان کا تذکرہ ہمارے اصل موضوع کے دائرے میں نہیں آتا لہذا ہم یہاں صرف یہ کہنے پر اکتفا کریں گے کہ نوری حلقے دراصل افراد کے درمیان روحانی قائل کے طور پر کام کرتے ہیں۔ لہذا ہمیں کسی بھی صورت میں اپنی ٹیلی پیتھی کی مشقوں سے کسی فرد کی مرضی کے خلاف ان روحانی حدود کو توڑنے کی کوشش نہیں کرنی ہے۔ ایسا صرف ایسی صورت میں کیا جانا چاہیے جب ہم اپنے محرکات سے پوری طرح مطمئن ہوں اور مقابل بھی اپنی روحانی حدود میں داخل در معقولات کی رضا کارانہ اجازت دے دے۔ جب مندرجہ بالا دونوں شرائط موجود ہوں تب شخص سے شخص تک ٹیلی پیتھی کا رابطہ قائم کرنا چاہیے ورنہ بصورت دیگر مقابل کو دواؤں وغیرہ کی مدد سے معمول بنانے کی کوشش سراسر بعید از اخلاق ہوگی تاہم دوستوں یا ایک دوسرے سے محبت کرنے والے جوڑوں کے درمیان ٹیلی پیتھی کے رابطے کو جائز قرار دیا جاسکتا ہے۔

یہ بات ہمیشہ ذہن نشین رہے کہ جس طرح ہمارے جسموں پر فطری قوانین کا اطلاق ہوتا ہے بالکل اسی طرح روحانی سطح پر بھی کچھ حدود متعین ہیں

جن کا بہر حال میں خیال رکھنا ہے۔ ہم اگر کسی بھی مرحلے پر ان کو توڑنے کے مرکب ہوتے ہیں تو جو دعوت کے قوانین کے تحت آفاقی سزا کے مستحق بھی ہو سکتے ہیں۔ یہ کلمہ ہمیشہ صحیح ثابت ہوتا ہے۔ ”آج ہم جو یونیس کے بل دی کاٹنا ہوگا۔“ یہ صحیح اخلاقیات ہے جو قبائلی رسوم کی پابند نہیں ہے مگر جو علت اور معلول کے قوانین پر مدار کرتی ہے اور ہمیشہ اور ہر دور میں صحیح ثابت ہوتی ہے۔ جہاں تک ہمارے موضوع یعنی ٹیلی پیتھی کا تعلق ہے ہم کہہ سکتے ہیں کہ ہمیں اس سطح میں متعدد بنیادی اخلاقی ذمہ داریوں کو بھی نبھانا ہے اور جس کسی نے بھی ان کی خلاف ورزی کی اسے جلد یا بدیر اپنی حماقتوں کو نتیجہ سمجھنے کے لیے تیار ہو جانا چاہیے۔ روحانی دنیا اپنے الگ قوانین رکھتی ہے۔ جن کا مقصد اس کے سوا کچھ نہیں ہے کہ انسانوں کو روحانی قوت کے فلاح استعمال سے روکا جائے۔ میں اپنے برہمابریس کے ذاتی تجربات کی روشنی میں کہہ سکتا ہوں کہ ٹیلی پیتھی کی مشقوں کے دوران اخلاقی ذمہ داریوں کو نبھانے کی کوشش کرنی چاہیے اور کسی بھی قیمت پر اپنی اس قوت کو فلاح یا ناجائز مقاصد میں استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے بصورت دیگر آپ کی ذرا سی لاپرواہی جاہ کن نتائج کا پیش خیمہ بھی بن سکتی ہے۔

## عام شرائط

اب ہم یہاں ان شرائط کی بات کر سکتے ہیں جن کو کہ ٹیلی پیتھی کے کام میں بہترین پایا گیا ہے۔ اگرچہ شرائط اور مخصوص حالات کا مکمل موضوع بہت ہی پر خارا اور پیچیدہ ہے تاہم اگر صحیح رہنمائی حاصل ہو جائے تو اپنے لیے بہترین راہ

متحین کی جاسکتی ہے۔ درحقیقت کئی نام نہاد سائنسدانوں نے اپنے تجربات کو خود ساختہ اور کٹر قسم کی شرائط میں اس طرح مخلوف کر رکھا ہے کہ ان تک رسائی محال ہے اور اس ضمن میں انہوں نے اس حقیقت کو بھی نظر انداز کر دیا ہے کہ ان میں سے بعض شرائط خارق العادات واقعات کی راہ میں بھی خارج ہو سکتی ہیں۔

مثال کے طور پر ہم اپنے کمرے سے ایک فوٹو اتارتے ہیں اور اس سے چپٹر کر اسے ڈارک روم کے مروجہ محل سے گزار کر درست نتائج حاصل کر لیں، پھر کے زمانے کا ایک دھبی، دن کی تیز روشنی میں تصویر دیکھنے پر اصرار کرتا ہے اور ہم اس کے اصرار پر بے بس ہو کر کمرے سے خام ریل باہر نکالتے ہیں تو روشنی کی وہی قوت تصویر کی تپائی کا باعث بن جاتی ہے جو اگر درست حالت میں تصویر پر پڑتی تو اس سے صاف تصویر حاصل کی جاسکتی تھی۔ اب اگر ہمارے پھر کے دور کا وہ ساتھی جوش و خروش سے یہ دعویٰ کرے کہ ہماری تصویر کئی کا دعویٰ خام تھا تو ہماری حالت دیکھنے کے قابل ہوگی۔ بالکل ایسی ہی صورت حال سے ہمارے تجربے کا حقیقتیں کو اس وقت دو چار ہونا پڑتا ہے جب پھر کے دور کا ذہن رکھنے والا کوئی شخص انہیں اس بات پر مجبور کرنے کی کوشش کرتا ہے کہ وہ اپنے تجربات میں سائنٹفک شرائط کا خیال رکھیں۔ صاف ظاہر ہے روحانی حقیقت کے ضمن میں سائنٹفک شرائط پر اصرار اس کے قرار واقعی نتائج کی راہ میں حرام ہو سکتا ہے۔ لہذا اپنے کام کے ابتدائی مراحل میں آپ کے لیے بہتر یہی ہے کہ بہت زیادہ سخت شرائط کے اطلاق سے حتی الامکان گریز کر لیں۔ آپ جیسے جیسے اپنے تجربات میں کامیابی حاصل کرتے جائیں گے، آپ خود

ان شرائط سے آشنا ہوتے جائیں گے جو کہ منزل تک پہنچنے کے لیے ضروری ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ مختلف حقیقتیں، مختلف شرائط کا سراغ لگائیں اور بالکل مختلف حالات میں تجربات کو آگے بڑھانے کی سعی جاری رکھیں اور یہی وہ مقام ہے جب آپ اپنے دوسرے ہم عصر ساتھیوں سے جا مل کر خیال کر کے اس نتیجے پر پہنچ سکتے ہیں کہ آپ کو کن شرائط کی سختی سے پیروی کرنی ہے اور کن شرائط میں نرمی بھی برتی جاسکتی ہے۔

پیغامات بھیجے اور وصول کرنے والے کے لیے اعلیٰ الترتیب عامل اور معمول کی اصطلاحات استعمال کی جاسکتی ہیں۔ یہاں ایک نکتہ خاصا اہم ہے اور وہ یہ ہے کہ پیغام بھیجے اور وصول کرنے کے الفاظ سے ظاہری مطالب اخذ نہ کیے جائیں۔ اگرچہ پیغامات بھیجنے والا کا کچھ ارسال کرنے کا تصور رکھتا ہے اور انہیں وصول کرنے والا بھی ان پیغامات کو سمجھنے وصول کرنے والا سمجھا جاتا ہے مگر یہ صرف خارجی مطالب ہیں۔ ان اصطلاحات کے داخلی تصورات، ان سے قدرے مختلف ہیں۔ اکثر تجربات سے یہ بات آپ خود ہی سمجھ لیں گے کہ چپٹر حالات..... میں عامل اپنے معمول سے صرف ایک ذہنی رابطہ قائم کرتا ہے جس کے نتیجے میں معمول اپنے عامل کے ذہن میں پیدا ہونے والے خیالات سے باخبر رہتا ہے۔

ٹیلی وٹھی کے اس ذریعے سے خیالات کی ترسیل کو ریڈیو کے ذریعے پیغامات بھیجنے سے کوئی نسبت نہیں ہے۔ ٹیلی وٹھی کے ذریعے خیالات کی ترسیل کی استعداد سطحیں ہوتی ہیں جو آپ کے کام کے دوران رو بہ عمل آ سکتی ہیں اور آپ

کے کام میں چھید کی پیدا کرنے کا باعث بن سکتی ہیں۔ یہی وہ نکتہ ہے جہاں ہمارا ساتھ ایک عجیب و غریب حقیقت سے پڑتا ہے۔ اگر عامل اپنے معمول کو اتنے ہی قائلے پر محسوس کرتا ہے جتنے قائلے پر کردہ واقعات ہے تو معمول وہ بیانات بہت زیادہ واضح انداز میں نہیں سن سکے گا۔ اس کے برعکس اگر وہ اپنے معمول کو اپنے سے قریب تر محسوس کرتا ہے تو بہت زیادہ واضح بیانات بھیجے میں کامیاب ہو جائے گا۔ اس سے ایک بات ثابت ہوتی ہے کہ معمول خواہ کتنے ہی قائلے پر کیوں نہ ہو اسے روحانی بنیادوں پر اپنے قریب تر محسوس کیا جاسکتا ہے اور اس طرح بہتر نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔

### نبیلی پیتھی کی مشقیں

اکثر افراد جو اس میدان میں کام کا آغاز کرتے ہیں۔ اس خیال کے مرکب پائے گئے ہیں کہ اس ضمن میں حقائق کی ضرورت نہیں ہے۔ مگر جو لوگ اس موضوع پر بہت آگے تک جا چکے ہیں وہ اس حقیقت سے آشنا ہو چکے ہیں کہ خاطر خواہ نتائج حاصل کرنے کے لیے نبیلی پیتھی کی باقاعدہ اور نظام تربیت بے حد ضروری ہے۔ اگرچہ نبیلی پیتھی کی حساسیت پیدا کرنے کے متعدد طریقے ہیں مگر سب سے موثر طریقہ اپنے اندر قوت ارادی کا ارتقاء ہے کہ اس کے بغیر نبیلی پیتھی میں کامیابی کا خیال مٹ ہے۔

درحقیقت ”بلا ارادہ نبیلی پیتھی“ کا عمل ہمارے اطراف ہر وقت جاری رہتا ہے جسے ہم اکثر محسوس کرتے ہیں اور اکثر اتفاق کا نام دے کر نظر انداز کر

دیتے ہیں۔ ضرورت صرف اس امر کی ہے کہ کس طرح اس خصوصیت کو جو کہ اپنی خام شکل میں ہر شخص میں موجود ہے، ترقی دی جائے اور بروئے کار لایا جائے۔ پس نبیلی پیتھی میں دھڑس پیدا کرنے کی ہماری کوشش ایک خورد و صلاحیت کو اپنے قابو میں کرنے کی کوشش کہلائی جاسکتی ہے۔ بعض پوشیدہ اور پراسرار عقیموں میں نبیلی پیتھی کو فٹون لطیفہ کی حیثیت حاصل ہے۔ جہاں اسے ایک مقدس فریضہ کی حیثیت سے ترقی دی جارہی ہے اور اس سے کام لیے جارہے ہیں۔ ان عقیموں میں استعمال کیے جانے والے طریقے اب راز میں نہیں رہے وہاں سب سے زیادہ زور عامل اور معمول کی باضابطہ تربیت پر دیا جاتا ہے۔ اس طرح وہ یہ صلاحیت پیدا کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں کہ افراد کا ایک پورا گروپ اجتماعی طور پر کسی فرد واحد کے ذہن میں اپنے خیالات منتقل کر سکتا ہے۔ اور اسی طرح ایک فرد کے لیے یہ بھی ممکن ہو گیا ہے کہ وہ ایک پیغام بیک وقت متعدد افراد کو ارسال کر سکتا ہے۔ میں نے ذاتی طور پر ان دونوں طریقوں سے نبیلی پیتھی کا مشاہدہ کیا ہے اور اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ اگر مستقل حجازی اور دلجمعی سے مشق جاری رکھی جائے تو ایسے نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔

اب ہمیں وسیع تر میدان پر ان عوامل کا بغور غائر مطالعہ کرنا ہے جو ہمارے تجربات میں معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔ سب سے پہلے تو ہمیں نبیلی پیتھی کے امکانات پر اپنے یقین کو واضح کرنا ہے کیونکہ اس کے بغیر ہم اپنے کسی تجربے میں کامیابی سے ہم کنار نہیں ہو سکتے۔ واضح رہے کہ یقین سے مراد اعتقاد یا کوئی ایسی شے نہیں ہے بلکہ یقین سے مراد خود کو ذاتی طور پر غیر جانب

دار بنانا ہے تاکہ اس موضوع پر ہماری رسائی کسی تعصب، دباؤ اور عقیدے سے بالاتر ہو جائے اور ہم ذاتی طور پر ان روایات سے چمٹکارا حاصل کر لیں جو کہ اس ضمن میں مشہور ہیں۔ مثال کے طور پر ایک عام خیال یہ ہے کہ عامل کو اپنے خیالات کی ترسیل سے قبل خاصے طویل عرصے تک ارتکاز توجہ کی مشق بہم پہنچانی ہوتی ہے، درحقیقت ایسا نہیں ہے۔ عامل کو جتنے عرصے کے لیے مستعد ہونا پڑتا ہے وہ ایک منٹ سے بھی کم وقفہ ہو سکتا ہے بلکہ اکثر یہ تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ اس سے زیادہ عرصے تک ارتکاز توجہ کی کوشش خیالات کی ترسیل میں رکاوٹ بھی بن سکتی ہے۔

نبلی پنتھی میں عامل اور معمول کے ذہنوں پر صرف وہی حصے زیر استعمال آتے ہیں جنہیں حرف عام میں لاشعوری سطحیں کہا جاتا ہے۔ عامل کے لیے ضروری صرف یہ ہے کہ وہ اپنے ذہن میں حتیٰ الوسع ان خیالات اور ان سے متعلق احساسات کو واضح کر لے جنہیں وہ معمول کے ذہن تک منتقل کرنا چاہتا ہے۔ عامل کے اپنے ذہن میں یہ پیغام بنتا واضح ہوگا، اس کا معمول بھی اسے اتنا ہی واضح حالت میں وصول کرے گا۔ اس کے برعکس اگر خود عامل ہی اپنے ذہن میں غیر واضح پیغام رکھتا ہے یا اس باب میں کسی تذبذب کا شکار ہے۔ تو اس کی واضح ترسیل کا خیال مٹ ہے۔ جدید ماہر نفسیاتی ماہرین اس حقیقت سے باخبر ہو چکے ہیں لہذا آج وہ اپنے معمول کے ذہن تک جن خیالات کی ترسیل پر زور دیتے ہیں وہ بجائے جیومیٹری کی اشکال پر مشتمل ہونے کے، واضح تصورات پر مبنی ہوتے ہیں۔

## ترسیل اور وصولیابی

ایک ذاتی تصور جو کہ شعوری طور پر معمول کے ذہن تک منتقل کرنے کے لیے تشکیل دیا گیا ہو اسی صورت میں کارآمد ثابت ہو سکتا ہے، جبکہ خود عامل کے ذہن تک وہ مکمل حد تک واضح ہو۔ ظاہر ہے اس کا دار و مدار عامل کے ارادے اور اس کے پرکھنے کی صلاحیت پر ہے کہ وہ اپنے ارادے کی براہ راست تصویر کشی کر سکتا ہے یا نہیں، ارادے سے مراد اپنے ذہن، میں پیغام کو ترتیب دینا ہے۔ یہ کام انتہائی سکون اور اطمینان سے انجام دینا ہے اور اس عمل میں باقاعدہ جدوجہد سے پرہیز کرنا ہے۔ شروع شروع میں تو اس میں کچھ دقت محسوس ہوگی مگر مرقبہ دار ارتکاز توجہ کی شعوری سی مشقوں کے بعد یہ نہایت آسان ہو جائے گا۔ یہاں مرحوم ڈاکٹر ایبلی بیسٹ سے متعلق ایک واقعہ کا ذکر بے محل نہ ہوگا۔ جس میں ہمارے لیے ایک صحت کا پہلو سامنے آتا ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ ابتدا میں ارتکاز توجہ کی پیچیدہ مشقوں کے باوجود وہ خاطر خواہ نتائج حاصل کرنے میں ناکام رہی تھیں اور بظاہر اس کی وجہ بھی سمجھنے سے قاصر تھیں۔ مگر ایک دن اچانک ان کی سمجھ میں وہ وجہ آگئی جسب ان کی استاد داماد ملاؤسکی نے خاموشی سے یہ ریمارک پاس کیا۔ ”مائی ڈیر ایبلی، تمہیں بخونوں سے ارتکاز توجہ نہیں کرنی ہے!“ اس طرح انہوں نے ہونا ہار شاگرد کی توجہ اس جانب مبذول کرانی کہ وہ ارتکاز توجہ کے دوران اپنے چہرے کے عضلات میں تناؤ پیدا کرنے کی سرکب ہو رہی تھی۔

ہمارا جسم دراصل ہمارے دماغ کے تابع ہوتا ہے اور اس طرح ہمارے جسم

کی ہر حرکت ہمارے شعوری یا غیر شعوری ارادے کے نتیجے میں ظاہر ہوتی ہے۔ لہذا اکثر ملحد ہی اس جال میں آ پھرتے ہیں اور پھر اپنی مشغول سے خاطر خواہ نتائج حاصل کرنے سے قاصر رہتے ہیں۔ ہماری روحانی مشغول کا ایک مقصد دماغ کو جسم سے بالاتر رکھنا بھی ہے لہذا اکثر ہماری بنیادی کوشش یہ ہونی چاہیے کہ ہماری کوئی بھی ذہنی فکر جسم کے ذریعے ظاہر نہ ہونے پائے۔ یہ مقصد عام طور پر جسم کو آرام دہ حالت میں رکھنے کی مشغول کے ذریعے حاصل کیا جاتا ہے۔ اس کے کئی طریقے مرد و عورت دونوں پر مگر ہم آپ کو جو طریقے بتانے چاہ رہے ہیں وہ سب سے زیادہ آسان اور مؤثر ہیں۔ یہ طریقہ عمل شخص کے بے حد سادہ مشغول پر مشتمل ہے جو آگے بیان کیا جائے گا۔ یہاں موضوع کے اعتبار سے آپ صرف بیڈن میں رکھیے کہ حال کو پیغام رسانی کے وقت اپنے جسم کو تازہ سے پاک رکھنا ہے اور خیالات کے متحجب..... کرنے اور ان کی ترسیل میں جدوجہد یا دباؤ سے گریز کرنا ہے۔ جو کچھ ضروری ہے، وہ صرف یہ ہے کہ اپنے ذہن میں پیغام کی مکندہ دھبک واضح شکل قائم کر لی جائے اور اسے لہام سے پاک رکھا جائے۔ یہ مقصد ذہن میں بنی ہوئی تصویر کو دماغی آنکھ سے دیکھ کر حاصل کیا جاسکتا ہے۔ دماغی آنکھ سے پیغام کو مشکل کرنے کا مطلب اس کی واضح شکل متعین کرنے کے سوا کچھ نہیں ہے۔ ہم جو کچھ سوچتے ہیں، ہمارا دماغ فوراً اس کی تصویر کشی کر دیتا ہے مگر اس تصویر کو دیکھنے اور پرکھنے کی صلاحیت اتنی زیادہ عام نہیں ہے جتنی کہ عام طور پر خیال کی جاتی ہے۔ لہذا ضروری ہے کہ اس صلاحیت کو باقاعدہ مشغول سے اجاگر کیا جائے اور اس کو ترقی دی جائے تاکہ بعد میں یہ عملی کاموں

میں محدود معاون ثابت ہو سکے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ میں یہ صلاحیت پہلے سے موجود ہو مگر اس کی اہمیت کے پیش نظر ہمارا مشورہ ہے کہ اس کی مشق جاری رکھی جائے اور جتنی الوسطہ اس کی استعداد میں اضافہ کیا جائے کیونکہ اپنے خیالات کو واضح صورت میں متعین کرنے کی صلاحیت ہی ان بنیادی عوامل میں سے ایک ہے جو آپ کو اس مقصد میں کامیابی سے ہم کنار کر سکتے ہیں۔

### منعکس تصاویر

کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جو کسی مطب جگہ مثلاً کانڈ پر نگاہ ڈال کر اپنے خیالات کو اس پر ایک تصویر کی شکل میں منعکس کر سکتے ہیں جو صرف ان کے معمول کو نظر آتی ہیں جبکہ باقی افراد کے لیے وہ کانڈ کے سادہ جگہ کے سوا کوئی حیثیت نہیں رکھتا۔ مخصوص حالات میں جن افراد کو کانڈ کے اس جگہ پر تصویر نظر آتی ہے، وہ اسے بہت واضح انداز میں دیکھ سکتے ہیں۔ اکثر صورتوں میں حال ان تمام افراد کو جو اس کانڈ پر اپنے خیالات کو تصویر کی شکل میں دکھانے میں کامیاب ہو جاتا ہے جو کہ اس خاص لمبے اس کانڈ کی طرف متوجہ ہوتے ہیں۔ یہاں ہمارا واسطہ مشترکہ ٹیلی ویشن سے بڑا ہے، جس پر محدود کامیاب تجربات کیے جاتے ہیں۔ ایک موقع پر ایک نمسی سی بچی نے مجھے ایک کانڈ پر نگاہ ڈالنے کے لیے کہا..... دیکھتے ہی دیکھتے اس کانڈ پر ایک تصویر کی خاکا بھر آیا۔ جب وہ اس طرح کے کئی کامیاب تجربات دکھا چکی تو میں نے اس سے پوچھا کہ وہ ایسا کس طرح کر لیتی ہے؟ اس نے سادگی سے کہا۔ ”میں سوچتی ہوں اور اپنے سوچ



کے گرد ایک خط کھینچ لیتی ہوں۔ وہ بچی ٹیلی پتھی کو سمجھے بغیر اس کی صلاحیتوں سے معذور تھی اور اپنی فکر کو غنڈ پر تصویر کی شکل میں نقل کرنے پر قادر بھی۔

اسی طرح ایک دفعہ مشہور ماہر روحانیت آئوکان برگ کے کلمات دیکھنے کا اتفاق ہوا۔ وہ اپنے خیالات کو ایک شخصے کے گولے پر نقل کرنے پر قادر تھے اور کمال یہ کہ اسے وہ تمام افراحنینہ دیکھ سکتے تھے جو کہ اس وقت گولے کی طرف متوجہ ہوں۔ پہلی مثال کے برعکس آئوکان کی یہ صلاحیت ان کی ذاتی ساسی کا نتیجہ تھی۔ جس میں ہو سکتا ہے کہ کچھ اور عوامل بھی..... کار فرما ہوں مگر اس طرح ہم ٹیلی پتھی کی مختلف النوع شکلوں سے بھی حیران ہو جاتے ہیں۔ ہوتا یہ ہے کہ حامل اپنے عضلات کو ڈھیلا چھوڑ کر انتہائی آرام وہ حالت میں مگن ہو جاتا ہے۔ اپنے ذہن میں پینامات کو تصویر کی شکل میں ڈھالتا ہے، انہیں اپنی دماغی آنکھ سے دیکھتا ہے اور جب پینامات کی تصویر کی شکل سے مطمئن ہو جاتا ہے تو اپنے دماغ کی لاشوری رخ سے انہیں ارسال کر دیتا ہے جو معمول کے دماغ کی اسی لاشوری رخ سے جا بھرتا ہے۔ اب اگر باقی عوامل ٹھیک کام کر رہے ہیں تو معمول فوری طور پر اپنے دماغ کی لاشوری رخ پر ان پینامات کو محسوس کر لیتا ہے اور انہیں بالکل اسی طرح تصویر کی شکل میں دیکھ لیتا ہے جیسا کہ وہ حامل کے دماغ میں ہیں۔

یہاں ہم نے ایک شرط کا تذکرہ کیا ہے یعنی باقی عوامل ٹھیک کام کر رہے ہوں تو کوئی بہت ہی سادہ بات نہیں ہے اسے مثالوں کی مدد سے سمجھنا پڑے گا۔ واضح رہے کہ کوئی بھی پینام ٹھیک اسی لئے موصول ہو جاتا ہے جس لئے کہ

بھیجا گیا ہو۔ عام حالت میں درمیانی تاخیر کا کوئی جواز نہیں ہے۔ مگر اس کے باوجود اکثر اوقات تاخیر سے موصول ہوتا ہے یا اس دوران میں اپنی شکل بدل لیتا ہے یا اس میں کوئی واضح تبدیلی آ جاتی ہے، وغیرہ وغیرہ۔ واقعہ یہ ہے کہ معمول تک پینام تک پہنچنے میں تو تاخیر نہیں ہوتی مگر یہ پینام چونکہ اس کے دماغ کی لاشوری رخ سے جا بھرتا ہے لہذا اکثر اس کے لاشور سے شعور تک کے سفر کے دوران اس کی ماہیت میں یا تو تبدیلی آ جاتی ہے یا اس میں تاخیر ہو جاتی ہے۔ اس کا سارا دار و مدار معمول کی اس وقت کی دماغی کیفیات پر ہے۔ جہاں تک کسی خاص لئے کسی فرد کی دماغی کیفیات کا علم یا اس کی طبع و معلول کا تعلق ہے، اس کا تجزیہ تو صرف ماہرین نفسیات ہی کر سکتے ہیں اور یہ ہے بھی ان ہی کا موضوع۔ مگر ہم یہاں اپنے موضوع کے اعتبار سے اتنا سمجھ سکتے ہیں کہ اگر پینام رسائی کے وقت معمول کا ذہن کشائش سے آزاد ہے تو وہ پینامات کو ممکنہ حد تک واضح انداز میں وصول کر سکے گا۔ بصورت دیگر یہ پینام اس کے لئے مبہم بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ مثلاً وہ ایک خفیہ آواز سننا ہے یا اس کی آنکھوں کے سامنے کوئی منظر آ جاتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ وہ اس پینام کو کسی تصویر کی شکل کے برعکس ایک نہایت واضح اور یقینی علم یعنی الہام کی صورت میں محسوس کرے۔ اس کے برعکس بعض صورتوں میں یہ پینام اس کے لئے ایک شدید ذہنی تاثر کی صورت میں ظاہر ہو سکتا ہے جو ممکن ہے دوبارہ اس کے ذہن میں نہ آئے مگر پہلی ہی دفعہ اس کے ذہن پر نقش ہو جائے۔ ٹیلی پتھی کی ایک صورت یہ بھی ہو سکتی ہے کہ آپ کا بھیجا ہوا پینام معمول کے شعور سے ٹکرائے

بغیر اس کی خود کار تحریروں کے ذریعے ظاہر ہو جائے۔ جس کا مطلب یہ ہے کہ پیغام رسانی کے لیے ایک سے زائد چینل کا استعمال کیا گیا ہے۔

### خود کار تحریر

خود کار تحریروں کے ذریعے ٹیلی پیٹھی کی وصولیابی کوئی اتفاقی امر نہیں ہے بلکہ اس کی متعدد مستند مثالیں اور شہادتیں دستیاب ہیں جن پر آج بھی روحانی تحقیق کا کام جاری ہے۔ مشہور صحافی اور سماجی کارکن ڈبلیو، ٹی، اسٹینڈ اس اعزاز میں ٹیلی پیٹھی کے پیغامات وصول کرنے کی صلاحیت رکھتے تھے۔ اس طرح مس ای۔ کے بتس بھی جو کہ ایس، پی آر کی بنیادی میردوں میں سے ایک تھیں، اسی صلاحیت کی حامل تھیں۔ کچھ عرصہ قبل مجھ میں بھی یہی صلاحیت ظاہر ہوئی تھی۔ جس کی ایک مثال غالباً دلچسپی سے خالی نہ ہوگی۔ ایک دفعہ جب کہ میں لندن سے باہر ایک گاؤں میں مقیم تھا، اچانک بغیر کسی سراقہ کے مجھے کچھ لکھنے کی تحریک ہوئی میں نے میز سے پینسل اٹھائی، کاغذ اٹھایا اور بلا ارادہ لکھنے لگا۔ ”میں سوئٹز لینڈ میں ہوں اور بلند پہاڑوں پر واقع ایک ہوٹل میں مقیم ہوں۔ میں ہوٹل کے برآمدے میں بیٹھا ہوں اور برف پوش چوٹیوں سے سورج کو ابھرتے ہوئے دیکھ رہا ہوں۔“ مجھے یہ دیکھ کر حیرت ہوئی کہ انداز تحریر بھی میرا نہ تھا بلکہ یہ میرے روحانی استاد کا تھا جو مجھ سے میلوں دور میرے خیال کے مطابق لندن میں مقیم تھے۔ مزید توثیق کے لیے میں نے اسی وقت لندن ٹیلی فون کیا۔ وہاں سے پتہ چلا کہ میرے استاد چھٹیاں گزارنے سوئٹز لینڈ جا چکے ہیں۔ اس سے

زیادہ تعجب خیز بات یہ ہے کہ بعد میں جب اپنے استاد سے میری ملاقات ہوئی تو میں نے اس کی بابت اس سے دریافت کیا تو انہوں نے کوئی شعوری کوشش نہیں کی! اسی طرح ڈبلیو۔ ٹی۔ اسٹیل کے بعد دوستوں کے خیالات بھی مجھ تک اسی طرح پہنچے ہیں یعنی وہ خود اس پیغام رسانی سے لاعلم تھے اور ان کی کیفیات یہاں میری خود کاری تحریر کے ذریعے کاغذ پر منتقل ہو گئیں۔ اس کا واضح مطلب یہ ہے کہ ہمارے دماغ کا کوئی حصہ خارق العادات طریقے پر سرگرم عمل رہتا ہے اور اکثر ہمارے شعور کے علم میں لائے بغیر پیغامات کی ترسیل اور وصولیابی میں مصروف رہتا ہے۔

### روحانی اور نفسیاتی عوامل

یہاں میں باب دوم میں اپنی کمی ہوئی ایک بات کا اعادہ کرنا چاہوں گا۔ میں نے کہا تھا اگر عامل پیغامات کی ترسیل کے وقت معمول کو اپنے سے قریب تر محسوس کرتا ہے، خواہ وہ اس سے کتنے ہی قاصد پر کیوں نہ ہو، تو یہ پیغامات معمول تک زیادہ واضح اور بہتر حالت میں پہنچتے ہیں۔ میں اس کی ذرا سی اور وضاحت کروں گا۔ ہم خود کو اپنے اطراف میں شناخت کرنے کے لیے قاصد کی اصطلاح استعمال کرتے ہیں اور کہتے ہیں فلاں شے مجھ سے اتنی دور ہے یا میں فلاں شام سے اتنی دور تھا وغیرہ.....

روئے زمین پر پائی جانے والی ہر شے دوسری شے سے اپنے قاصد کی بنا پر شناخت کی جاتی ہے۔ یہ تو کوئی طبعیاتی دوری اور قاصد کی بات مگر مشکل تو یہ

ہے کہ ہم روحانی تحقیق مثلاً ٹیلی پتھی پر اپنے تجربات کے دوران بھی ان جسانی دوروں اور ان کے فاصلوں کو بھی مد نظر رکھتے ہیں جو کہ سراسر ہماری لاطنی پر دلالت کرتی ہے۔ ہم عام طور پر خود کو ایک کچھول میں بند زندگی کی اکائی سمجھتے ہیں جو کہ اپنی ہی جیسی دوسری اکائیوں سے الگ وجود رکھتی ہے۔ مگر ٹیلی پتھی اور دوسری روحانی حقیقتات سے یہ بات جلد ہی ہم پر منکشف ہو جاتی ہے کہ بظاہر الگ الگ وجود رکھنے والی حیاتی اکائیاں درحقیقت ایک روحانی رابطے سے ایک دوسرے سے خشک ہوتے ہیں۔ لیکن وجہ ہے کہ اگر ہم تجربات میں معمول کو قائلے پر محسوس کریں تو گویا اس بات کا اعتراف کرتے ہیں کہ ہم اب تک خام عقیدے پر قائم ہیں یعنی زندگی کی اکائی انسان کو ایک دوسرے سے الگ سمجھتے ہیں۔ اب ظاہر ہے کہ عالمِ خدا ہے معمول کو قائلے پر محسوس کرے گا تو وہ کیونکر اپنا پیغام واضح طور پر ارسال کر سکے گا؟ جب وہ خود طبعیاتی یا ارضیاتی انداز فکر اپنائے گا تو کیا دنیاوی حدود اس کی راہ میں مزاحم نہ ہوں گی؟ اور وہ بغیر کسی واسطے کے میلوں دور کس طرح پیغام بھیج سکے گا۔ پس ثابت ہوا کہ جب ہم ٹیلی پتھی کی بات کرتے ہیں تو ہمیں عام طرز فکر سے بھی ہٹکارا حاصل کرنا ہوگا اور چیزوں کو ان کی اصلی حالت میں دیکھنا ہوگا جیسی ہیں نہ کہ جیسی وہ نظر آتی ہیں۔

خیال رہے کہ عامل اور معمول کا رابطہ سراسر لاشعوری ہوتا ہے۔ اگر اس میں شعور کا دخل ہوتا ہے تو فوراً ہی جسانی قائلے کا سوال بھی پیدا ہو جاتا ہے جس سے ظاہر ہے ہمارے تجربات اور ان کے نتائج سمٹ کر رہ جاتے ہیں۔ لہذا ہماری کوشش یہ ہونی چاہیے کہ کسی سرطلے پر شعور ہمارے لاشعور پر حاوی نہ

ہونے پائے اور ہر موقع پر لاشعوری کو برتری اور فوقیت حاصل رہے۔ جب ہی ہم دور اور نزدیک کے قطعے کو نہ صرف یہ کہ سمجھ سکتے ہیں بلکہ اپنے کام اور تجربات میں اس کا برعکس استعمال بھی کر سکتے ہیں اور اس طرح ہم ایک نئی فکر سے آشنا ہوتے ہیں جس کے باعث ہم نہایت آزادانہ طور پر روحانی تحقیق کا کام آگے بڑھا سکتے ہیں۔

### ایک یقینی طریقہ کار

اب تک میں نے ٹیلی پتھی کی ان خاص شرائط کا ذکر کیا ہے جو کہ کامیاب تجربات کے لیے اشد ضروری ہیں۔ یقیناً بعض اور بھی شرائط ایسی ضروری ہیں جو ہماری راہ میں معاون ثابت ہو سکتے ہیں یا حرام ہو سکتی ہیں۔ پہلی شرط یہ ہے کہ ہم تجربات کے لیے ایک یقینی طریقہ کار دریافت کرنے میں کامیاب ہو جائیں۔ ضروری ہے کہ ہر تجربے کے بعد اس کا نتیجہ فوری طور پر لکھ لیا جائے اور یہ کام آئندہ وقت پر نہ ٹالا جائے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انسانی یادداشت ہر لمحے تغیر پذیر رہتی ہے اور ان کا بہت زیادہ امکان رہتا ہے کہ اگر ہم نے اپنے نتائج کچھیں ریکارڈ نہ کیے تو اسے غیر شعوری طور پر بھلا دیں یا بلا ارادہ اس میں تبدیلی لے آئیں۔ یہ ایک ایسی حقیقت ہے جو پولیس افسران کو ان کی تفتیش میں بہت زیادہ مدد فراہم کرتی ہے۔ البتہ اگر آپ یہ تجربات اپنی ذاتی دلچسپی اور علم میں اضافے کے لیے کر رہے ہیں اور اپنے تجربات سے باقی دنیا کو روشناس نہیں کرانا چاہتے یا دنیا کے پاس ٹیلی پتھی کا جو مجموعی علم ہے اس میں اضافہ کرنا نہیں

چاہتے تو آپ کو اختیار ہے کہ آپ میرے اکثر مشوروں کو حذف کر لیں مگر یہ خیال رہے کہ اگر باقی افراد بھی اپنے تجربات کو محض اپنے تک محدود رکھنے پر مصر ہوتے تو آج یہ سطور آپ کی نگاہوں کے سامنے نہ ہوتیں۔

آپ میں سے کچھ افراد جو کتاب کو یہاں تک پڑھ چکے ہیں، سوچ سکتے ہیں کہ میں غالباً ٹیلی ویشن کے طریقہ کار کو اس سے پیچیدہ بنانے پر مائل ہوں جتنا کہ میں نے پیش کر دیا تھا۔ نیز یہ کہ مجھے کوئی ایسا آسان طریقہ بتانا چاہیے جو طرح طرح کے مشاہدوں، احتیاط اور شرائط سے پاک ہو اور جس میں محض یہ ہو کہ وہ خاموش بیٹھ کر قوت اورادی کے بل پر اپنے خیالات کو جمع کریں اور اسے معمول کی جانب ارسال کر دیں۔ ہو سکتا ہے کہ بعض لوگوں کے لیے یہ سب درست ثابت ہو مگر میری ذاتی..... کوشش یہی ہے کہ اس کتاب کے ذریعے آپ تک وہی کچھ پہنچے جو کہ محققین نے اس میدان میں برسوں کی تحقیق و جستجو اور محنت شاقہ کے بعد حاصل کیا ہے۔

جہاں تک ایک یعنی طریقہ کار کا سوال ہے اس میں بہت احتیاط کی ضرورت ہے جب بھی کوئی تجربہ کیا جائے تو نہ صرف یہ کہ اصل تجربہ نوٹ کر لیا جائے بلکہ طبیعیاتی حالات اور موسم کو بھی نظر انداز نہ کیا جائے۔ چاند کی تاریخ کے ساتھ ہی موی کیفیات مثلاً بادل، بارشیں ہوائیں یا رعد و چمک کی وجہ سے فضا میں برقی آمیزش کو بھی نوٹ کیا جائے۔ روحانی مظاہر فطرت فضا کی بدلتی ہوئی صورتوں سے بہت متاثر ہوتے ہیں اور چونکہ ٹیلی ویشن کا شمار بھی اسی زمرے میں ہوتا ہے لہذا اگر آپ نے اپنے لیے کوئی سازگار ترین فضائی صورت حال

مثلاً چاند کی کوئی ایسی خاص پوزیشن دریافت کر لی، جس وقت آپ کے لیے پینام رسائی زیادہ سے زیادہ آسانی ہوتی ہے تو آپ کے لیے اس میدان میں ارتقائی منزلیں دشوار نہیں رہیں گی۔

## بیرونی کش مکش

تجربے کو پوری تفصیل سے نوٹ کیا جانا چاہیے اور اس کی کسی بھی صورت کو نظر انداز نہیں کیا جانا چاہیے۔ مثلاً کمرے کا درجہ حرارت اور اس کے ساتھ ہی بیرونی حالات مثلاً کمرے سے باہر کا شور یا سکون، گھڑی کی ٹیک اور اس طرح کی دوسری آوازوں کو بھی ریکارڈ کیا جانا چاہیے۔ کمرے کی ساخت اور معمول و عامل کے جسمانی حالات کو بھی نوٹ کرنا اشد ضروری ہے مثلاً اس وقت وہ پوری طرح صحت مند تھے اور آیا اس وقت وہ پوری طرح آرام سے بیٹھے تھے یا کسی قدر بے آرامی کی کیفیت کا شکار تھے۔ اس مقصد کے لیے اچھی آرام دہ کرسیوں کی ضرورت ہے۔ جو بہت زیادہ سخت نہ ہوں ورنہ عامل اور معمول دونوں ہی کو اپنا خاصا وقت اس سختی کے خلاف ڈالنی ہر دو جہد یعنی مراقبہ میں صرف کرنا ہوگا۔ اسی طرح کرسیاں بہت زیادہ نرم بھی نہ ہوں۔ بس آرام دہ ہوں تجربے کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ ڈھیلے ڈھالے اور آرام دہ کپڑے پہنے جائیں۔ ایسا نہ ہو کہ مین تجربے کے دوران کپڑوں کی تنگی یا بے آرامی ہماری توجہ ان سے ہٹا کر جسم کی طرف مبذول کر دے۔ آخر میں سب سے اہم بات یہ ہے کہ تجربہ کرتے وقت عامل اور معمول دونوں ہی ڈھیلی طور پر پرسکون ہوں اور

تجربے کے آغاز سے قبل ان کے ذہن میں لاوان اٹل رہا ہو یا وہ متضاد فحشی کیفیات کا شکار نہ ہوں۔ دراصل یہی نکتہ سب سے زیادہ اہم ہے۔ جذباتی اتار چڑھاؤ، روحانی کارکردگی کو متاثر کرتے ہیں اگر اس دوران پیغام رسانی کی جائے تو ہو سکتا ہے کہ دوسری جانب وہ بجائے عام فہم پیغام کے محض ایک تاثر کی صورت میں موصول ہوں ہو سکتا ہے کہ بعض لوگ اسے بھی ٹیلی پتھی کی ایک مثال قرار دیں مگر بہر حال اسے کسی بھی صورت میں باضابطہ تجرباتی کام نہیں قرار دیا جاسکتا۔ ہمارے کہنے کا مطلب ہرگز یہ نہیں ہے کہ احساساتی ٹیلی پتھی غلط ہے کیونکہ بلا تحریک ٹیلی پتھی اکثر صورتوں میں صرف احساساتی رابطہ ہی کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔ کہنے کا مطلب صرف یہ ہے کہ باضابطہ ٹیلی پتھی اور اس کے تجربات میں اس قسم کے تجربات و احساسات، اس کے نتائج میں خلل ہو سکتے ہیں۔

ٹیلی پتھی کے تجربات میں سب سے اہم شرط صبر و سکون ہے۔ اکثر افراد جو ٹیلی پتھی اور ایسی ہی دوسری روحانی مظاہر فطرت پر کام کا آغاز کرتے ہیں، ابتدا میں اس کامیابی سے ہم کنار نہیں ہوتے۔ اس کی مختلف وجوہات ہو سکتی ہیں۔ ہو سکتا ہے ان کی روحانی صحیح طور پر نہ کی گئی ہو یا وہ غلط خطوط پر آگے جا رہے ہوں۔ ان میں سے اکثر دو چار بھر پور کوششیں کرتے ہیں اور پھر پورے موضوع سے ہاتھیں ہو کر اسے بچ دیتے ہیں۔ میں نے خود اس قسم ایک ریمارک سنا ہے۔ ٹیلی پتھی؟ ارے ہاں، میں نے خود پانچ بار کوشش کی ہے، کچھ بھی حاصل نہیں ہوا۔ مجھے تو اب اس میں شہ ہے کہ ٹیلی پتھی نام کی کوئی شے ہوتی

بھی ہے یا۔۔۔۔۔ نہیں! ایسے افراد جو بات سمجھنے سے قاصر رہتے ہیں وہ یہ ہے کہ ہم طبعی حواس رکھتے ہیں جو صرف ظاہری اشیاء کو محسوس کرتے ہیں اور اگر ہم باطنی انطرت اشیاء کو محسوس کرنا چاہیں تو ظاہر ہے ہمیں اس کے لیے مابعد الطبعیاتی حواس کی ضرورت پڑے گی جو ہو سکتا ہے ہمارے اندر پوری طرح پروان نہ چڑھے ہوں۔ جس طرح ہمارے طبعی حواس لاکھوں برس کے بعد موجود صورت تک پہنچتے ہیں۔ ہو سکتا ہے ہمارے مابعد الطبعیاتی حواس قدر ترقی نہ پا سکے ہوں اور محض اپنی خام صورتوں میں خال خال لوگوں۔۔۔۔۔ میں دستیاب ہوں۔ یہ بہر حال غلط ہے کہ یہ حواس بھی کم و بیش ہر شخص میں موجود ہوتے ہیں۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ انہیں کس طرح ترقی دی جائے اور انہیں کیونکر اس قابل بنایا جائے کہ یہ روحانیت کو صحیحہ محسوس کر سکیں۔

### بیرونی روحانی شرائط

جو افراد فطری طور پر حساس ہوں، عام طور پر اچھے معمول ثابت ہوئے ہیں۔ مگر کسی بھی شخص کی بابت یہ پہلے ہی سے نہیں کہا جاسکتا کہ وہ ٹیلی پتھی کا معمول بننے کے لیے بہتر ہے یا نہیں۔ صرف بار بار کے تجربے ہی، وہ بتا نہ ہیں جن کی بنا پر آپ اپنے آئندہ تجربات کے لیے بہترین معمول کا انتخاب کر سکتے ہیں۔ البتہ ایک بات واضح ہے اور چونکہ یہ برہمابریس کے تجربات اور عرق ریزی کے بعد دریافت ہوئی ہے لہذا اس کی صحت پر شبہ نہیں کیا جاسکتا اور وہ یہ ہے کہ جو افراد بہت زیادہ جذباتی اور حساس ہوں اور جن کے مزاج پر چاند اور سورج کے

اتاریا چڑھا دیا فضا کی بدلتی ہوئی حالت بہت زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں، عام طور پر روحانی معاملات میں بہت زیادہ حساس پائے گئے ہیں۔ بیرونی روایت کی بھی حساسیت ہے جو ہمارے نتائج کو غیر یقینی بنا دیتی ہے۔ دراصل کسی بھی تجربے کو اس وقت تک کامیاب نہیں قرار دیا جاسکتا جب تک کہ وہ کسی ضابطے کے تحت عمل میں نہ آیا ہو۔ لہذا وہ افراد جو ٹیلی پتھنسی کے تجربات میں دلچسپی رکھتے ہوں، انہیں سمجھ لینا چاہیے کہ عامل اور معمول دونوں ہی نوع انسانی سے تعلق رکھتے ہیں اور اس ناطے سے کسی بھی جذباتی رد عمل کا شکار ہو سکتے ہیں جو ان کے تجربات کو کامیاب یا ناکام بنا سکتی ہے۔

اس مقصد کے لیے ہمارا مشورہ ہے کہ ایک دفعہ میں کم از کم دس پیشانات متواتر پیچھے جائیں مگر معمول کو ان پیشانات کی تعداد سے باخبر رکھا جائے ورنہ ہو سکتا ہے ناکامی کی صورت میں وہ بالیوسی کا شکار ہو جائے۔ مگر جب پیشانات پیچھے جائیں تو معمول سے ان کی بابت دریافت کیا جائے کہ آپ کو جو اطلاع موصول ہوئی اسے احتیاط سے نوٹ کر لیں اور ذاتی طور پر حساب لگائیں کہ آپ کا معمول کتنے فیصد پیشانات وصول کرنے میں کامیاب ہو گیا اور کتنے فیصد اس نے ”مس“ کر دیے۔ اگر آپ کے معمول نے ابتداء میں دس میں سے دو یا اس سے زائد پیشانات وصول کیے تو اس کا مطلب ہے وہ بیس فیصد یا اس سے زائد پیشانات وصول کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ اگر تجربات کی ابتداء ہی میں یہ کامیابی حاصل ہو جائے تو اسے بلاشبہ ایک بڑی کامیابی قرار دیا جاسکتا ہے۔ اور ان دونوں عامل اور معمول کو ایک دوسرے کے لیے بہترین کہا جاسکتا ہے۔ پر

اسرار دنیا کی ایک قدیم کہادت ہے۔ ”اگر درست مریض پر صحیح مؤکل لگا دیا جائے تو بہتر نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔“ اسی طرح جدید دنیا میں بھی دو آدمی اگر ایک دوسرے سے ہم آہنگ ہوں اور ایک ساتھ کام کر رہے ہوں تو اسے ”چھری کاٹنے کا لاپ“ کہا جاتا ہے۔ عامل اور معمول کی روحانی ہم آہنگی اس بات پر دلالت کرتی ہے کہ وہ اپنے تجربات کی منزل سے با آسانی گزر سکتے ہیں اور ہر مرحلے پر وہ ایک دوسرے کے معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔

اگر ممکن ہو تو عامل اور معمول کے تین چار جوڑے بنائے جائیں اور پھر مختلف عاملوں کو مختلف معمول فراہم کر کے یہ اعزاز دلانے کی کوشش کی جائے کہ کون سے عامل کے لیے ان میں سے کون سا معمول بہتر ہے اور اس طرح عامل اور معمول کا اگر ایک بہترین انتخاب عمل میں آ گیا تو اس کے امکانات روشن ہو جاتے ہیں کہ وہ آئندہ تجربات میں صف اول کے محققین ثابت ہو سکیں۔

ایک بہترین معمول کسی طرح بھی بڑی نعت سے کم نہیں ہوتا۔ یہ بہر حال مد نظر رکھا جائے کہ ٹیلی پتھنسی پر تجربات ہی اس کی صلاحیتوں کو اجاگر کر سکتے ہیں لہذا ضروری ہے کہ باقی افراد کو بھی عامل اور معمول کے جوڑوں میں بانٹ دیا جائے اور انہیں بھی تجربات جاری رکھنے کے لئے کہا جائے۔ ہو سکتا ہے کہ وہ اپنے تجربات میں دوسروں سے بہتر ثابت ہوں۔ اسی طرح ٹیلی پتھنسی کے تجربات کرنے والی کئی ٹیمیں عمل میں آجائیں گی جو اپنے تجربات اور اس کے نتائج سے ایک دوسرے کو آگاہ کریں گی اور جو بالآخر ایک دوسرے کی رہنمائی کے لیے معاون ثابت ہوں گی۔ ہو سکتا ہے کہ پہلی ٹیم کے مقابلے میں دوسری

ٹیوں کو اتنی کامیابی حاصل نہ ہو لیکن اگر صبر و سکون سے مشق جاری رکھی جائے تو انہیں بلا خر کامیابی ہوگی اور یہ بھی ہو سکتا ہے کہ وہ کسی دوسرے چیلل یا دوسرے خطوط پر پہلی ٹیم سے زیادہ کامیاب ثابت ہوں۔

## مستقل مزاجی

یہ ہمارا مشاہدہ ہے کہ جغرافیہ اور روحانی تجربات میں دلچسپی رکھتے ہیں اور ٹیلی بیٹھی جیسے موضوعات پر کام کا آغاز کرتے ہیں اگر اپنا مقصد حاصل کرنے میں ناکام رہتے ہیں تو ایسا صرف اس وقت ہوتا ہے جب وہ یوریت کا شکار ہو گئے ہوں۔ یہ واقعہ ہے کہ اکثر محض غیر مستقل مزاجی ہی کی وجہ سے کامیابی، ناکامی میں بدل جاتی ہے اور بالآخر سارا الزام اس موضوع کو سہنا پڑا ہے۔ ایسا نہیں ہونا چاہیے۔ کسی بھی موضوع میں کامیابی کے لیے ضروری ہے کہ بے حد سکون اور مستقل مزاجی سے مشق جاری رکھی جائے اور آہستہ آہستہ اس میں اپنی استعداد بڑھاتی جائے۔ اگر ایسا نہیں کیا گیا اور درمیان ہی میں مشقوں کا سلسلہ منقطع کر دیا گیا تو نتائج کی امید عبث ہے۔ ”یوریت“ ایک ایسا عنصر ہے جو کسی بھی موضوع پر کسی بھی مرحلے میں داخل ہو سکتا ہے۔ اس کے بارے میں پہلے سے کچھ نہیں کہا جا سکتا۔ یہ بالکل غیر یقینی عوامل میں سے ہے۔ اور چونکہ ہر فرد مزاجاً دوسرے سے منفرد اور الگ ہے لہذا اس سلسلے میں کوئی بات حتمی طور پر نہیں کہی جا سکتی کہ کب کون یوریت کا شکار ہو جائے اور کون اس پر قابو رکھنے ہوئے دل جمعی سے کام کو جاری رکھے گا۔ اگر تجربات ایک لمبے عرصے تک جاری رہیں یا اس

میں کسی بھی وجہ سے کامیابی کے امکانات نظر نہ آئیں تو عامل یا معمول اپنی دلچسپی کم کر دیتا ہے اور جس کے نتیجے میں غلطیاں بڑھتی چلی جاتی ہیں اور بالآخر ایک یا دونوں ہی میں بے زار ہو کر تجربات کا سلسلہ ختم کر دیتے ہیں۔ اس کے برعکس اگر تجربات مختصر عرصے تک جاری رکھے جائیں اور کام میں دلچسپی کا عنصر بھی برقرار رکھا جائے تو کامیابی کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ اس کے لیے بہترین طریقہ یہ ہے کہ کام کو دو قفوں سے جاری رکھا جائے اور کسی بھی ایک خاص وقت میں تھکا دینے یا بیزا کر دینے والے کام سے پرہیز کیا جائے۔ بہتر ہے کہ عامل اور معمول باہمی رضا مندی سے ایک ایسا پروگرام ترتیب دے لیں جس کے تحت وہ مناسب وقفوں سے یا مقررہ دنوں میں مشق پر عمل درآمد کریں۔ اس طرح وہ ”یوریت“ سے بچ سکیں گے جو ناکامی کا سب سے بڑا سبب ہے۔ یاد رہے کہ کسی کام کی کم مقدار بھی مفید ثابت ہو سکتی ہے بشرطیکہ اسے باقاعدگی سے جاری رکھا جائے۔ جب دو افراد کے درمیان ٹیلی بیٹھی کا رابطہ عمل میں آ جاتا ہے تو ناکامی کے امکانات بھی محدود ہو جاتے ہیں۔ لہذا ابتدا میں سب سے زیادہ زور اسی بات پر دیا جائے کہ کسی طرح عامل اور معمول کی اندرونی سطحیں ایک دوسرے سے ہم آہنگ ہو جائیں اور وہ ایک دوسرے کو محسوس کر سکیں۔ اگر اس کے ساتھ ہی دوسرے عوامل بھی ٹھیک کام کر رہے ہوں تو کوئی وجہ نہیں کہ کامیابی آپ کے قدم نہ چومے۔ اس سلسلے میں بہت اٹھار عامل کی اپنی ذہنی سطح پر بھی ہے اگر وہ ابتدا ہی میں محض جیو میٹری کے ڈیڑھ اٹھار عامل کی دائرہ یا شلٹ نشر کرتا رہا تو معمول نہ صرف یہ کہ بور ہو جائے گا بلکہ اس کا ذہن بھی ادھر ادھر بھٹکنے

پر مجبور ہو جائے گا۔ لہذا ضروری ہے کہ پینٹات کے ضمن میں بھی شروع پر برقرار رکھا جائے اور کوشش کی جائے کہ ایسے پینٹات بھیجے جائیں جو کہ معمول کو ان میں دل چسپی لینے پر مجبور کر دیں اور اس کی توجہ اصرار رکھنے نہ دیں۔

## تصویری شعور

ہم جس لاشعوری سطح کی بات کرتے ہیں وہ بنیادی طور پر تصویری شعور ہے اور یہی وہ سطح ہے جو اشیاء کے برعکس ان کے تجربی خیالات پر زیادہ چمکتی ہے۔ تصویروں سے مراد ہرگز ہرگز نظر آنے والی تصویر نہیں ہیں بلکہ یہاں تصویر سے مراد وہ احساساتی تصویر ہے جو قوت باصرہ کے علاوہ دوسری حسوں مثلاً ذائقہ، لمس اور شامہ وغیرہ کے تحت وجود میں آتی ہیں مثال کے طور پر ہم اگر آنکھیں بند کر کے کسی انسانی شے کو چھوئیں اس سے ہمارے ذہن میں اس کی کیا تصویری شکل بنتی ہے وغیرہ وغیرہ اگر سمجھا جائے والا پیغام ایسی ایک سے زائد حواسی تصاویر پر مشتمل ہوتا پھر اس کے امکانات بہت زیادہ ہیں کہ معمول ان کو محسوس کر کے دیکھا کر لے۔

مراقبہ کی ہدایات سے آپ کو پتہ چلے گا کہ ابتداء میں سادہ ترین تصورات ارسال کیے جانے چاہیں مثلاً دائرہ یا چکر وغیرہ اور اس پر چینی دہرے ممکن ہو توجہ مرکوز رکھی جائے۔ اپنے ذاتی تجربے کی بنا پر میں کہہ سکتا ہوں کہ ابتداء میں یہ چیز بہت مشکل ثابت ہوگی اور چینی طور پر یادیت کے رقائعات کو فروغ دینے کی کوشش کریں گے جو انہماک اور فکری پستی دونوں کے لیے سم قائل کی حیثیت

رکتی ہے۔ لہذا لازمی ہے کہ جو بھی شکل بھیجی جارہی ہو وہ کمزور دیکھ دلچسپ ہوتا کہ جب وہ معمول کو موصول ہو تو وہ اس میں دلچسپی محسوس کرے نہ کہ اس کی تکرار سے بیزار ہو جائے۔

بالکل یہی اصول عامل پر بھی مطبق ہوتا ہے فرض کیجیے اگر ایک عامل سے کہا جائے کہ وہ جو بن پر آئے ہوئے گلاب کے ایک پودے کی تصویر بھیجے تو اسے نہ صرف یہ کہ اپنے ذہن میں ایسے ہی ایک پودے کی تصویر کشی کرنی ہے بلکہ اس کی تھک بھی اپنے تصور میں بسانی ہے اور اس کے ساتھ ہی چوں کا خستہ پن، پھول کی پتھریلوں کی نرمی و نزاکت اور کانٹوں کا ٹوکنا پھن پھن نظر انداز نہیں کرنا ہے جب وہ اس تصویر کو ارسال کر رہا ہو تو ضروری ہے کہ وہ پوری جزویات کے ساتھ اس کے ذہن میں محفوظ ہو۔ اس کے برعکس اگر صرف تصویری خاکہ بھیجے یا اکتفا کی جائے تو ہو سکتا ہے کہ اس کے اطراف کی فضا بھی منتشر ہو جائے۔ جو معمول کے ذہن کو منتشر کرنے کا کام کرے۔ کسی بالکل بے تصویر یا اطراف اور اس کے ماحول سے کئی ہوئی تصویری شکل کو نشر کرنے کے لیے لاکھوں کا طریقہ کار استعمال کیا جاسکتا ہے اور وہ یہ ہے کہ ایک بڑا کارڈ بورڈ لے کر اس کے درمیان میں اکتا بڑا سوراخ کر دیا جائے جس سے صرف وہ شے نظر آئے جیسے کہ آپ نشر کرنا چاہتے ہیں اور اس کے اطراف کی فضا کارڈ بورڈ کے فانی پتھر میں چسپ جائے۔ اس طرح آپ کارڈ بورڈ کے درمیان سوراخ پر لاکھ ہرگز کے اس خاص شے کو نشر کرنے میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔ میں نے اپنے تجربات میں اس طریقہ کار کو بہت زیادہ مؤثر پایا ہے۔



اس باب میں، میں نے کوشش کی ہے کہ آپ کو ان روحانی شرائط اور عوامل سے آگاہی ہو جائے جو کامیاب ٹیلی پیتھی کے لیے ضروری ہیں۔ بعض باتیں جو زیادہ وضاحت طلب ہیں اسلئے ابواب میں اس پر بحث آئیں گی۔ البتہ یہاں ایک بات کا اضافہ خاصا اہم ثابت ہو سکتا ہے اور وہ یہ ہے کہ عام تصور کے برعکس اکثر خواتین اچھی معمول ثابت ہوا کرتی ہیں اور اس کی بھی وجہ ہے۔ خواتین عام طور پر نسبتاً زیادہ ذہین ہوتی ہیں اور اسی تناسب سے ان میں رویت کو محسوس کرنے کا عنصر بھی غالب ہوتا ہے۔ البتہ ایک بات سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ مردوں کی نسبت ان میں مستقل مزاجی کا فقدان ہوتا ہے اور وہ بہت جلد بوریات کا شکار ہو جاتی ہیں۔ لہذا بہت کم عورتیں ایسی ہیں جو اس میدان میں آئی ہیں اور آخر تک محنت کر کے کامیابی سے ہم کنار ہوئی ہیں۔ لیکن ایک بات ضرور ہے اور تجربے نے جس کی سچائی ثابت کی ہے اور وہ یہ ہے کہ خواتین، مردوں کی نسبت ذہنی پیغامات وصول کرنے کی زیادہ صلاحیت رکھتی ہیں۔ پس اگر انہیں مناسب تربیت حاصل ہو جائے تو وہ آپ کے تجربات میں معمول کی حیثیت سے بے حد معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔

### ٹیلی پیتھی کی تربیت

گزشتہ عنوان میں، میں نے ان عام عوامل اور شرائط کا تذکرہ کیا تھا جو ٹیلی پیتھی میں خیالات کی ترسیل کے ضمن میں معاون ہوتے ہیں۔ اب ہمیں یہ یاد رکھنا ہے کہ عام اور معمول کو کس قسم کی تربیت کی ضرورت ہوتی ہے اور ٹیلی پیتھی کی

مشقوں کا صحیح طریق کار کیا ہے۔ ممکن ہے یہ بات بعض قارئین کو چونکا دے کہ تربیت کی ضرورت ان تمام افراد کو ہوتی ہے جو ٹیلی پیتھی کے کام میں حصہ لے رہے ہوں۔ اگرچہ ہم یہاں طے کر چکے ہیں کہ تربیت کی ضرورت عامل اور معمول دونوں کو ہوتی ہے مگر بہر حال بہتر یہ ہے کہ جتنے افراد بھی اس کام میں شریک ہوں، اکائی سے کام کریں اور اپنی ذمہ داریوں سے قطع نظر اس کام میں اتنی دلچسپی کا مظاہرہ کریں کہ تجربات کے حتمی نتائج میں سب کا حصہ ہو اور اس میں ہر شریک کی پیش کردہ تکنیک سے استفادہ کیا گیا ہو۔ اسی طرح دونوں طرف دیکھاؤ تیار کرنے والے شرکا کو بھی تجربات اور ان کی تفصیلات نوٹ کرنے کے لیے ایک ایسی تکنیک استعمال کرنی چاہیے جو آخر میں اس تمام کارروائی کی ایک جگہ اور سائنٹفک تصویر پیش کر دے۔

یقیناً جیسا کہ میں پیشتر تحریر کر چکا ہوں کہ اکثر وقت ٹیلی پیتھی کے تاثرات اس طرح بھی ارسال کرنا آسان ہوتا ہے کہ آپ کہیں بیٹھ جائیں اور محض ارادہ کر لیں کہ آپ کچھ باتیں دوسری جگہ منتقل کرنا چاہتے ہیں۔ اسی طرح کبھی کبھی یہ بھی ممکن ہوتا ہے معمول بغیر کسی اہتمام کے محض خالی الذہن حالات میں بیٹھ کر پیغامات وصول کرنے کے لیے تیار ہو جائے۔ مگر بہر صورت آپ کو اپنی تمام کارروائیوں کا باقاعدہ ریکارڈ تیار رکھنا ہے۔ ہو سکتا ہے مندرجہ بالا دونوں افراد کی طرح آپ بھی پیشگی تربیت کے سائنٹفک ریکارڈ تیار کرنے میں کامیاب ہو جائیں مگر واضح رہے کہ ٹیلی پیتھی کی کارروائیوں کا ریکارڈ تیار کرنا اس قدر آسان نہیں ہے جتنا کہ اسے سمجھا جا رہا ہے۔



جائیں تو اس دباؤ سے چھٹکارا حاصل ہو سکتا ہے۔ کیونکہ سانس اور جذبات و احساسات کا چوٹی دامن کا ساتھ ہے۔ اگر آپ اس بیان کی سچائی ثابت کرنے میں دلچسپی رکھتے ہیں تو مندرجہ ذیل تجربہ آپ کے لیے معاون ہوگا۔

جب آپ شدید ترین جذباتی دباؤ مثلاً غصہ کا شکار ہونے والے ہوں تو آہستہ آہستہ سانس لینا شروع کر دیجیے۔ اس کا طریقہ یہ ہے۔ سانس لیتے وقت آہستہ آہستہ ایک سے پانچ تک گنیے۔ جتنے عرصے سانس سینے میں رہے اس کا وقت دو تک گنتی کے برابر ہو۔ اسی طرح سانس لینے کا ایک عمل مکمل ہوتا ہے۔ اس کو ایک چکر یا سائیکل کہا جاتا ہے۔ اگر آپ نے اس طریقے سے صرف ایک منٹ بھی سانس لیا تو آپ محسوس کریں گے کہ جب آپ آہستہ آہستہ گہری سانس لیتے ہیں تو آپ گہرائی تک نہیں سوچ سکتے۔ اس طرح آپ فوری طور پر اس جذباتی اتار چڑھاؤ سے چھٹکارا حاصل کر لیتے ہیں جس نے آپ کو اپنے گھیرے میں رکھا تھا۔ ہندو یوگیوں نے اس حقیقت کو سینکڑوں سال پہلے دریافت کر لیا تھا۔ یہی وجہ ہے کہ ہندو یوگیوں کے یہاں عمل غصے کی متعدد مشقیں اسی اصولوں کو سامنے رکھ کر ترتیب دی گئی ہیں۔ ان میں سے اکثر مشقیں جو بنیادی طور پر ہندوستانی جسموں کے لیے ترتیب دی گئی ہیں، مغربی لوگوں کے لیے موزوں نہیں ہیں کیونکہ ان کا جسمانی اور ذہنی ارتقاء مشرقی افراد سے بہت مختلف ہوتا ہے مگر بہر حال مشرقی مشقوں کے مساوی مغرب میں ایسی مشقیں موجود ہیں جو وہاں کے افراد کے لیے مفید ثابت ہو سکتی ہیں۔ البتہ یہاں جو مشقیں درج کی جا رہی ہیں ان کی اساس عام اصولوں پر ہے اور یہی وجہ ہے

کہ یہ سب کے لیے یکساں مفید ہیں۔

خیال رہے کہ جب آپ سانس روکیں تو حلق کو نہ بند کریں بلکہ سینے کے عضلات کو پھیلائیں اور سانس کو سینے میں اس طرح روکیں کہ پالیوں کا ڈھانچہ بیرونی جانب پھیل جائے۔ جب آپ نے سانس روکی ہوئی ہو اور کوئی شخص آپ کے سینے پر زور سے ہاتھ مارے تو ہوا باہر نکل جائے اور حلق اس میں مزاحم نہ ہو۔ اس طرح کی گہری سانس آپ کے اعصاب سے ریسر یعنی دل و دماغ کو آہستگی سے سرجا کر دیں گی اور جذبات کا تعلق چونکہ فکری اعضاء سے ہوتا ہے لہذا آپ کے غیر رضا کارانہ اور مشتعل جذبات کو فوری طور پر سرد کر دیں گی۔ اس طرح آپ کا اعصابی تناؤ دور ہو جائے گا جس کے اثرات آپ کے پورے جسم تک پہنچیں گے اور عضلاتی تناؤ کو بھی کم کر دیں گے۔ اس کے ساتھ ہی اگر مندرجہ ذیل مشق کا اضافہ اور کر لیا جائے تو اس ضمن میں مزید فوائد حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ ایک ایسی کرسی پر سکون سے بیٹھ جائیے جو بہت زیادہ نرم نہ ہو مگر آرام دہ ہو اور پر بیان کیے گئے طریقے کے مطابق ایک منٹ عمل غصے کی مشق کیجیے اب اپنی توجہ سر کی طرف مبذول کیجیے اور دیکھیے کہ آپ کی کھوپڑی کا کوئی..... حصہ بے آرام تو نہیں ہے۔ اگر سر کا کوئی حصہ کسی قسم کے تناؤ کا شکار ہو تو یہ شکایت دور کیجیے اور اب اپنی توجہ چہرے پر مرکوز کر دیجیے۔ خاص طور پر پیشانی پر کوئی ٹکنا یا تناؤ نہیں ہونا چاہیے۔ اسی طرح باری باری اپنی توجہ جسم کے ہر عضو پر مبذول کیجیے اور دیکھیے کہ آپ کے جسم کے کسی بھی حصے میں تناؤ یا بے آرامی کی کیفیت باقی نہ رہے۔ جب آپ سر سے شروع کر کے اپنے پیروں اور پاؤں کی اگلیوں تک آئیں گے تو آپ محسوس

کریں گے کہ آپ اس وقت مکمل آرام کی کیفیت میں ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ ابتدا میں یہ کام دشوار محسوس ہو اور اس کے نتیجے میں آپ مزید تباہ محسوس کریں لیکن اگر آپ نے اس کی مشق جاری رکھی تو جلد ہی یہ کام آپ کے لیے بہت آسان ہو جائے گا اور آپ اس عمل میں کوئی دشواری محسوس نہیں کریں گے۔ یہ مکمل آرام کی کیفیت ہے۔ جب آپ باری باری جسم کے ہر حصے کو اس کی بہترین آرام دہ پوزیشن میں لائیں گے تو آپ ایک ایسی حالت میں پہنچ جائیں گے جب آپ کے جسم کے کسی بھی عضو اور کسی بھی حصے میں تباہ یا کھچاؤ نہ ہوگا اور جب آپ اپنی مشقوں کے ذریعے بغیر کسی جسمانی یا ذہنی دباؤ کے یہ پوزیشن حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو آپ ٹیلی پیتھی کی راہ میں ایک قدم بڑھا سکتے ہیں۔

### مشروط انعکاس

کسی ایسے لفظ یا علامت کا انتخاب کیجیے جو آپ کے لیے کشش رکھتا ہو۔ اب اس لفظ یا علامت کو اپنی آرام دہ اور پرسکون حالت سے اس طرح ہم آہنگ کیجیے کہ آپ اس لفظ یا علامت کی ذہنی تصویر کشی کر سکیں۔

یعنی وہ لفظ جو ہی آپ کے ذہن تک پہنچے آپ کے دماغ میں اس کی تصویری شکل واضح ہو جائے۔ جب آپ اس طریقے سے کسی لفظ یا علامت کو اپنی پرسکون حالت سے مربوط کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو اس کا مطلب ہے اب آپ کو اس تکنیک پر قدرت حاصل ہوگی جسے عرف عام میں مشروط یا "مشق انعکاس" کہا جاتا ہے۔

آپ مندرجہ بالا تکنیک میں مہارت حاصل کیے بغیر بھی اپنے ٹیلی پیتھی کے تجربات کر سکتے ہیں مگر اس میں کامیابی کے امکانات بہت کم ہیں۔ ٹیلی پیتھی میں کامیابی کا طریقہ صرف باضابطہ اور باقاعدہ مشق ہے۔ اس کے بغیر کامیابی ممکن نہیں۔ لہذا جتنی جلد آپ اس تکنیک میں مہارت حاصل کر لیتے ہیں، آپ کے لیے اتنا ہی بہتر ہے۔

### ٹیلی پیتھی کا مخصوص تجربہ

سب سے پہلے، آپ تجربات کے لیے جس کمرے کا انتخاب کریں اس کا درجہ حرارت بالکل مناسب ہو۔ نہ تو زیادہ گرم ہو اور نہ ہی زیادہ سرد۔۔۔۔۔ اگر ایسا نہ ہو تو کمرے کی سردی یا گرمی آپ کے کام میں حائل ہو سکتی ہے لہذا کمرے کے دروازے درجہ حرارت کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے۔ کرسیاں آرام دہ ہوں مگر بہت نرم نہ ہوں۔ اس تجربے کے لیے آپ کو کسی ایسی کرسی کا انتخاب کرنا ہے جس پر بیٹھ کر آپ اپنی بہترین آرام دہ حالت میں رہتے ہوئے اس تصویر یا شے کو دیکھ سکیں جسے آپ ٹیلی پیتھی کے ذریعے منتقل کرنا چاہتے ہیں۔ تصویر میز پر ہوں بھی ڈالی جاسکتی ہے کہ وہ میز کے متوازی اس کی سطح پر موجود ہے۔ اس کے علاوہ اسے کسی ہولڈر وغیرہ میں لگا کر میز کی سطح سے بلند کر کے بھی رکھا جاسکتا ہے جیسے بعض ٹائپسٹ اپنے کام کے دوران کرتے ہیں۔ تصویر کے برعکس، اگر خوش اشیاء کا تعلق ہو تو اسے میز پر رکھا جاسکتا ہے۔ اگر معمول بھی اسی کمرے میں موجود ہو تو ایسی تدابیر بعد ضروری ہیں کہ اس کی نگاہیں اس شے یا تصویر پر نہ

پڑکیں اور اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ کمرے کے درمیان میں پردہ ڈال کر اسے دو حصوں میں منقسم کر دیا جائے۔ معمول کے لیے بہتر ہے کہ وہ اپنے کانوں میں ایئر پلگ لگا لے جو کہ اسے بائیک سے بائیک آواز سننے سے بھی روک دیں تاکہ وہ اپنی پوری توجہ اپنے ذہن پر مرکوز کر سکے۔

ایک آدمی کو ریکارڈز کی حیثیت سے کام کرنا ہے۔ اس کا کام تصویروں علامتوں یا خاکوں اور ان اشیاء کی فراہمی ہو جو کہ اس تجربہ میں استعمال ہو رہی ہوں۔ اس کے علاوہ اسے تجربے کا بالکل درست ریکارڈ بھی رکھنا ہے اور اس میں کسی بھی شے کو نظر انداز نہیں کرنا ہے۔ مثلاً فضا کی کیفیت کمرے کا درجہ حرارت، چاند کی پوزیشن (نیا، مکمل چاند یا ڈوبتا ہوا وغیرہ) نیز کوئی بھی ایسی تفصیل جو تجربے پر اثر انداز ہونے کی حیثیت رکھتی ہو۔ اگر معمول علیحدہ کمرے میں ہو تو ایک ریکارڈ اس کے ساتھ بھی ہونا چاہیے اور اسے بھی اسی قسم کا ریکارڈ رکھنا ہے جو کہ عامل کے ریکارڈ کے لیے ضروری ہے۔ یہ بتانا اہم بات ہے کہ کمرے میں کسی بھی قسم کی غیر ضروری گفتگو سے پرہیز کیا جائے۔ یہاں تک کہ بیرونی آوازیں کو بھی کمرے میں پہنچنے سے روکنے کی کوشش کرنی چاہیے تاکہ کمرے سے باہر کی آوازیں، کمرے کے اندر ہونے والے تجربات میں کم سے کم خلل ہو سکیں۔ اگرچہ فی زمانہ بڑے شہروں میں رہتے ہوئے ہمارے لیے یہ ممکن نہیں ہے کہ ہم بیرونی آوازیں سے کئی چمٹکا را حاصل کر لیں تاہم اگر ہم تجربات کے گمروں میں قدرے خاموشی یا سکون بحال کرنے میں کامیاب ہو گئے تو یہ چیز ہمارے تجربات میں بہت معاون ثابت ہوگی۔

## خاموش گفتگو

اگرچہ اس کا انحصار سراسر حالت پر ہے کہ عامل اور معمول علیحدہ کمروں میں بیٹھے ہیں یا ایک ہی کمرے میں فروکش ہیں۔ تاہم اگر ایسا انتظام ہو جائے جس میں معمول کو عامل سے دور، علیحدہ کمرے میں بٹھایا جاسکے تو یہ تجربات کے لیے بہت معاون ہوگا۔ اس طرح ہم ان محدود امکانات سے بھی فائدہ سکتے ہیں جن میں معمول اپنے عامل کی زیر زبان یا خاموش گفتگو سے کسی قسم کا اشارہ پانے میں کامیاب ہو سکتا ہے۔ زیر زبان یا خاموش گفتگو کو مطلب یہ ہے کہ عامل کو وہ الفاظ جنہیں وہ ارسال کرنے کا ارادہ رکھتا ہے، نہایت خاموش کے ساتھ اور خود کار طریقے سے اس طرح ادا کرنے ہیں کہ وہ خود مکمل طور پر اس سے لاعلم رہے اور نہ ہی کوئی آواز سنے یا سوائے اس بڑبڑاہٹ کے جو اس کی زبان سے ادا ہو رہی ہو۔ اگر معمول، اسی کمرے میں ہو تو وہ چونکہ ایک بہت ہی پرسکون اور حساس فضا میں موجود ہوگا لہذا ممکن ہے کہ وہ اس بے زبان ادائیگی سے بھی کوئی مطلب اخذ کرنے میں کامیاب ہو جائے۔

اس سلسلے میں سرسبز اور چٹانوں کے کئی تجربات سے یہ ثابت ہو چکا ہے کہ تجربات کی ان فضاؤں میں جن کا تذکرہ کیا جا چکا ہے معمول کے حواس اپنی حساسیت کی ان بلند یوں کو چھو رہے ہوتے ہیں کہ وہ پچاس فٹ سے بھی زائد کی خفیف سی خفیف سرگوشی بھی سن سکتے ہیں جب کہ کمرے میں موجود دیگر افراد نے خواہ کچھ بھی نہ سنا ہو مگر مکمل طور پر عامل کے احکامات کی زد میں آیا ہوا معمول اس

قدر حساس ہو جاتا ہے وہ دور سے آتی ہوئی اس بڑبڑاہٹ سے بھی مطلب اخذ کر سکتا ہے جو عامل کے لیے بھی محض بڑبڑاہٹ کے سوا کچھ نہ ہو۔ انتہائی درجہ کی یہ حساسیت اکثر غلیظ جتنی کے تجربات کو بری طرح مجروح کر دیتی ہے لہذا بہتر یہی ہے کہ عامل اور معمول کو علیحدہ علیحدہ کمروں میں بٹھایا جائے تو دونوں کمروں میں موجود ریکارڈوں کے لیے ضروری ہے کہ اپنی گھڑیاں آپس میں ملائیں تاکہ پیمائش کی تسلسل اور وصولیابی کا بالکل درست وقت نوٹ کیا جاسکے۔

اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ معمول کی طرف کون سے عوامل کا خیال رکھنا ہے؟ تقریباً وہی حالات جو عامل کے کمرے میں بھی ہونے چاہیے مثلاً آوازوں سے فرار اور جسمانی آرام وغیرہ کا خیال رکھا جانا چاہیے۔ اس کے علاوہ اس کمرے میں ایک رائٹنگ پیڈ اور پین و پینسل وغیرہ کی بھی ضرورت ہوگی تاکہ معمول جب کوئی پیغام وصول کرے تو اسے اسی لمحے نوٹ کیا جاسکے۔ اس کمرے میں بھی ایک ریکارڈ ضروری ہے جو مختلف کارروائیوں کو نوٹ کرے اور کسی بھی ضروری شے کو نظر انداز نہ کرے۔ کمرے میں بہت تیز روشنی نقصان دہ ہے۔ روشنی مدہم اور خوش گوار ہو کر اتنی ضرور ہو کہ اس روشنی میں لکھنے لکھانے کے عامل میں کوئی دشواری نہ ہو۔

### پہلا نشریہ

ہم فرض کرتے ہیں کہ ریکارڈ کے پاس متعدد تصاویر، علامات، خاکے اور اشیاء موجود ہیں جنہیں تجربے میں استعمال کیا جاتا ہے یہ اشیاء ابھی تک کسی کو

دکھائی نہیں گئی ہیں اور انہیں اس طرح محفوظ رکھا گیا ہے کہ ایک وقت میں ایک ہی خاکہ، تصویر یا شے استعمال کی جاسکے۔ کمرہ پوری طرح تیار کیا جا چکا ہے اور پہلا نشریہ کے لیے فضا پوری طرح سازگار ہے۔ ریکارڈ نہایت خاموشی سے ایک تصویر، علامت یا شے اٹھاتا ہے اور اسے عامل کے سامنے میز پر رکھ دیتا ہے۔ عامل اپنی اسی آرام دہ اور پرسکون حالت میں بیٹھا ہوا ہے جس کا ہم پہلے تذکرہ کر چکے ہیں اور جس کی اس نے باقاعدہ مشق، بہم پہنچائی ہے۔ وہ اپنی اسی بہترین اور آرام دہ پوزیشن سے اس شے کا مطالعہ کرتا ہے۔ اس لمحے اپنے ریکارڈ بک میں اس شے کی تفصیلات درج کرے گا۔ جہاں اس سے پیشتر وہ دوسری ضروری باتیں درج کر چکا ہے۔ اب اس مخصوص اور بالکل درست وقت پر جو کہ وہ معمول کے ریکارڈر سے پیشگی طے کر چکا ہے، عامل کو شریکی ہدایت دے گا۔

عامل فوری طور پر اس شے یا تصویر پر اپنی پوری توجہ مرکز کرے گا۔ اس کی ایک ایک تفصیل اپنے ذہن میں بٹھائے گا اور اس کی شے مکمل بھیجے گا۔ دوسری طرف نشر کرنے کے باقاعدہ ارادے اور نیت سے اس شے پر اپنی توجہ صرف کرے گا مگر یہ کام انتہائی آرام دہ حالت میں اور سکون سے عمل میں آئے گا اور اس سلسلے میں ذہن و جسم پر کسی قسم کا بار نہیں پڑنا چاہیے اس لمحے اسے خاموشی سے فرض کرنا ہے کہ اس کا معمول اس کمرے میں بالکل اس کے قریب موجود ہے۔ اس مفروضے پر وہ جس شدت سے یقین کرے گا اور اس کا یہ تاثر جس قدر گہرا ہوگا، تجربے کے لیے اتنا ہی مفید ہوگا اس طرح معمول کو خود سے قریب رکھنے کے اثرات یہ مرتب ہوں گے کہ اگر عامل کے ذہن میں قاصط کا

کوئی تاثر ہوگا تو دور ہو جائے گا اور تجربے کی کامیابی میں اس قسم کا کوئی وہم آڑے نہ آئے گا کائناتے قائل پر پیغام بھیجا بھی جاسکتا ہے کہ نہیں۔

اصل نشریہ، ہمیں تیس سیکنڈ سے زائد وقفے کا نہ ہونا چاہیے۔ جو نمی یہ وفد پورا ہوا عمل کو چاہیے کہ پیغام کو تریل معطل کر دے۔

### معمول کے فرائض

معمول کے فرائض عامل سے قدرے مختلف ہیں۔ اسے بھی آرام وہ حالت میں ممکن ہوتا ہے جس کی اس نے باقاعدہ مشق کی ہے۔ اور جس حالت میں جسم کا کوئی بھی حصہ بے آرامی کی کیفیت کا شکار نہیں ہوتا۔ اب اسے صرف پانچ سیکنڈ کے لیے عامل سے ذہنی رابطہ قائم کرنے کی کوشش کرنا ہے اور یہ ارادہ کرتا ہے کہ عامل جو بھی پیغام بھیجے گا اسے وہ اپنے دماغ میں وصول کرے گا اور اسے یہ یقین کرنا ہے کہ اس کا ذہن، معمول کی حیثیت سے کام کر رہا ہے اور ابھی ایک مقررہ وقت پر اسے عامل کی طرف سے کوئی پیغام موصول ہونے والا ہے۔ جیسا کہ بتایا جا چکا ہے کہ یہ تصور اسے صرف پانچ سیکنڈ کے لیے قائم کرنا ہے اور پھر انتہائی پرسکون اور آرام وہ حالت میں بیٹھ کر اس پیغام کا انتظار کرتا ہے جو مقررہ ایک ذہنی رابطے کے ذریعہ اس تک پہنچنے والا ہے۔ اسے جو بھی پیغام موصول ہوگا، وہ اسے بلند آواز سے دہرائے گا۔ لہذا اگر معمول کے کمرے میں ایک چھوٹے سے ٹیپ ریکارڈر کا انتظام ہو جائے تو بہتر رہے گا۔ اس کے علاوہ اگر معمول خواہش ظاہر کرے تو اسے اس بات کی اجازت دلی

جائے کہ وہ پیغام موصول ہونے کی صورت میں کاغذات پر اسے نوٹ کر لے یا اس کی شبیہ نقش کرے اس کے علاوہ بھی اسے اپنی خواہش کے مطابق ہر طرح کی تصاویر بنانے کی اجازت ہونی چاہیے نیز اسے ہر اس آواز، خوشبو، ذائقے اور تاثر کا ریکارڈ رکھنا ہے جو اس کے ذہن پر فوری طور پر اثر انداز ہو ان تمام انتظامات اور اقدامات کے لیے کئی منٹ درکار ہوں گے لہذا اس کام کے لیے دس سے پندرہ منٹ تک کا وقفہ فراہم کر دینا چاہیے اس کی وجہ یہ ہے کہ پیغام تو معمول کے ذہن میں لاشعوری سطح پر فوری طور پر موصول ہو جائے گا مگر اس تاثر کو لاشعور سے شعور تک سفر کرنے میں وقت بھی لگ سکتا ہے اور اس کے لیے کچھ وقت کا دیا جانا ضروری ہے یہاں تک بات خارج از علت نہ ہوگی کہ اکثر تاثرات کئی کئی گھنٹے تک شعوری سطح تک پہنچنے میں ناکام رہتے ہیں اور وصولیابی کی تاخیر ہی ایک ایسا سبب ہے جس کی وجہ سے اکثر تجربات میں پیچیدگیاں اور دشواریاں حائل ہو جاتی ہیں۔

اب معمول کو اپنے ذہنی رجحان کو آرام دینا ہے اور نارمل انداز کی طرف واپس لوٹنے کی کوشش کرنا ہے۔ اس مقصد کے لیے وہ چاہے تو اٹھ کر کمرے میں ٹہل سکتا ہے۔ اس طرح اس کی ذہنی رو کو نارمل حالت میں واپس آنے میں مدد ملے گی اور وہ ایک دفعہ پھر دوسرے تجربے کے لیے تیار ہو جائے گا۔ معمول کے کمرے میں موجود ریکارڈر کے لیے ضروری ہے کہ وہ گفتگو کی علت سے بچتے ہوئے اس وقت ٹیپ ریکارڈر بند رکھے۔ جب معمول نے تاثرات بیان کرنا متوقف کیا ہو اور اس وقت دوبارہ آن کر دے۔ جب مقررہ آرام کے بعد معمول

دوبارہ اپنے کام کے لیے تیار ہو گیا ہو۔ اگر ٹیپ ریکارڈ استعمال نہیں کیا جا رہا ہے تو ریکارڈ کو چاہے کہ وہ ذاتی طور پر تمام کیفیات مع جزئیات کے نوٹ کرتا جائے اور اس ضمن میں معمول کی زبان سے ادا کیے گئے لفظ یا تاثر کو نظر انداز نہ کرے۔ یہ اس وقت تک دشوار محسوس ہوگا جب تک کہ ریکارڈ شارٹ ہینڈ سے واقف نہ ہو اس لیے جدید تجربات میں عام طور پر ٹیپ ریکارڈ استعمال کرنے پر زور دیا جاتا ہے۔

ریکارڈ رکھنا چاہیے کہ وہ اپنی ریکارڈ بک میں ان تمام کیفیات کا اندراج کرے جو کہ تجربے کے وقت موجود تھیں۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ اس دوران حالت میں نئی تبدیلیاں پیدا ہو جاتی ہیں لہذا ان کا بھی ریکارڈ کیا جانا ضروری ہے کیوں کہ ان میں سے بیشتر تجربات اور اس کے نتائج پر اثر انداز ہونے کی صلاحیت بھی رکھتی ہیں۔ اس کے علاوہ بات کہ ایک وقت میں کتنے تجربات کیے جائیں، سراسر حالت اور وقت پر انحصار کرتی ہے اس میں ان تمام شرکاء کی اتفاق رائے ضروری ہے جو ان تجربات میں شامل ہوں۔ یہ بہر حال مد نظر رکھا جائے کہ تحفے ہوئے بور یا غیر خاموشی مند عامل اور معمول کبھی مثبت نتائج حاصل نہیں کر سکتے۔ ہمارا ذاتی مشورہ ہے کہ نیلی جیتی کے مبتدیوں کو ایک وقت میں کم از کم چار تجربات ضرور کرنے چاہیں اور جوں جوں تجربہ حاصل ہوتا جائے اس تعداد میں اضافہ کیا جائے۔ یہ بات خاص طور پر نوٹ کی جائے کہ تجربات کے اختتام پر عامل اور معمول کو اس وقت تک کروں سے باہر آنے کی اجازت نہیں دینی چاہیے جب تک کہ وہ اپنی نارمل شعوری حالت میں دوبارہ نہ لوٹ آئیں۔

اس حساس ترین حالت میں، جس میں کہ وہ اپنے تجربات میں مصروف تھے باہر گھومنا یا کمرے سے باہر نکل آنا کئی طرح کے نقصانات اور متنی رد عمل کا باعث بھی بن سکتا ہے۔

## پیغامات کی تاخیر سے وصولیابی

ابھی کچھ دیر قبل پیغامات کی تاخیر سے وصولیابی زیر بحث آئی تھی۔ یہاں اس پر تفصیلی گفتگو ضروری ہے کہ اگر باقی عوامل ٹھیک کام کر رہے ہیں تو عامل کی جانب سے بھیجا ہوا پیغام ٹھیک اسی لمحے معمول کے ذہن میں لا شعوری سطح سے جاگرتا ہے۔ مگر ابتدا میں یہ ضروری نہیں کہ وہ فوری طور پر معمول کی لا شعوری سطح سے شعوری سطح تک منتقل ہو جائے اکثر ایسا فوری طور پر بھی ممکن ہو جاتا ہے۔ البتہ اگر اس میں تاخیر ہو جائے تو کبھی پیغام کچھ دیر کے بعد موصول ہو جاتا ہے۔ دراصل پیغام تو لا شعور تک پہنچ جاتا ہے مگر وہاں سے شعور کی طرف جانے میں کئی باتیں اس کی راہ میں حائل ہو جاتی ہیں۔ مثلاً معمول کی ذہنی رد ہو جی یا اس کی توجہ ادھر ادھر بٹ گئی۔ وہ کچھ اور سوچنے لگا وغیرہ وغیرہ۔ نیز حالات میں ایسی ہی کوئی اور حیرت انگیز تبدیلیاں وغیرہ بھی اس کا سبب بن سکتی ہیں۔ لہذا معمول کے لیے ضروری ہے کہ اس کے ذہن میں فوری طور پر کوئی خیال آئے تو اسے نوٹ کرے اور اس سلسلے میں بظاہر غیر متعلق اشیاء کی طرف خیال کو نوٹ کرنے میں بھی کوتاہی نہ کرے۔ اس طرح پیغامات میں رکاوٹ یا تاخیر کا اصل سبب شناخت کرنے میں آسانی رہے گی۔ مکمل خالی الذہنی ایک ایسی کیفیت ہے جس پر طویل



مشقوں کے بغیر قابو نہیں پایا جاسکتا۔ معمول بھی اس سے متعلق نہیں ہے ایک پر سکون اور خاموش کمرے میں بیٹھ کر وہ اپنی توجہ اصل موضوع کی طرف مبذول تو کرتا ہے مگر ضروری نہیں کہ اس میں ہمیشہ کامیاب رہے۔

دراصل بعض خارجی اور داخلی عوامل اسے باثر ہوتے ہیں کہ وہ معمول کی توجہ دوسری طرف بھٹکانے میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔ اس وقت معمول کے ذہن پر غیر متعلق خیالات حملہ آور ہوتے ہیں اور چونکہ خیالات کی یہ رو فوری طور پر دھندلا جانے اور غائب ہو جانے کی اتنی صلاحیت رکھتی ہے کہ بعد میں ان کو یاد کرنا اور نوٹ کرنا ممکن نہیں ہے لہذا معمول کے لیے ضروری ہے کہ جوں ہی ان کے ذہن میں کوئی غیر متعلق خیال آئے اسے فوری طور پر نوٹ کر لے۔

ٹیلی پیٹھی کا مخصوص تجربہ جو اوپر بیان کیا گیا ہے، میرے خیال میں کئی سال کے ذاتی تجربات پر اساس رکھتا ہے اور اس غرض سے ترتیب دیا گیا ہے کہ نوآموزوں کے لیے کارآمد ثابت ہو سکے۔ پس اگر آپ اس میدان میں نئے ہیں تو یہ تجربہ آپ کے لیے بے حد مفید ہو سکتا اور اگر اس میں بتائی گئی شرائط اور حالات کی پیروی کی گئی تو اس تجربے میں کامیابی کے امکانات بہت روشن ہیں۔

### پنٹائزم اور مسریم کے ذریعے ٹیلی پیٹھی

گزشتہ باب میں ٹیلی پیٹھی کی تربیت کا عام طریقہ زیر بحث لایا گیا تھا بہر حال اس کے علاوہ بھی بعض طریقے ہیں جو اس صلاحیت کو بروئے کار لائے ہیں۔ ان میں سے ایک ٹیلی پیٹھی میں مسریم اور پنٹائزم کا استعمال ہے اگرچہ

ان دونوں پر اسرار علوم کو ایک ہی قوت گردانا جاتا ہے جو کہ مختلف ناموں سے معروف ہیں۔ مگر میں نے ان دونوں میں فرق کو ملحوظ رکھا ہے۔ اپنے برہا پر اس محفل تجربات کی بنا پر میں یہ کہہ سکتا ہوں کہ مسریم دراصل ایک وسیع علم ہے اور پنٹائزم اپنی تمام وسعتوں کے باوجود اس پر اسرار موضوع کا ماضی ہے۔ جس پر مسریم کی بنیاد استوار کی گئی ہیں۔ دوسرے لفظوں میں ہم پنٹائزم کو مسریم کی ایک وسیع شاخ کہہ سکتے ہیں۔

پنٹائزم کی اصطلاح کے لیے ہم ڈاکٹر جیس بریڈ کے مرہون منت ہیں۔ ایک موقع پر جب کہ وہ مسریم پر تجربات میں مشغول تھے ان پر ایک ایسی روش کا انکشاف ہوا جسے قریب انگلینڈ میں کہا جاسکتا تھا۔ انہوں نے بعد میں اس قوت پر مزید تجربات کیے اور اسے پنٹائزم کا نام دیا جو آج تک قائم ہے۔

اس زمانے میں طبی حلقوں میں مسریم پر مگر مارگم مباحثوں کا سلسلہ جاری تھا اور اس سلسلے میں ڈاکٹر نامور طبیبوں کا ایک گروپ عمل میں آ گیا تھا۔ جو مسریم کو طبی مقاصد کے لیے استعمال کرنے کا حامی تھا۔ یہ پر اسرار مظہر لطرت اگرچہ ازل سے سرگرم عمل ہے اور دور دور میں انسان اس سے کام لیتا رہا ہے مگر اسے باقاعدہ علم کی حیثیت سے مہذب دنیا نے اس وقت شناخت کیا جب ڈاکٹر انیون مسریم نے اپنے طویل تجربات کی روشنی میں اسے عوام اور لوہاس کے مشاہدے کے لیے پیش کیا۔ چنانچہ ڈاکٹر انیون مسریم کی خدمات کے اعتراف کے طور پر فرانس کے شہریوں نے اس علم کو ان ہی کے نام سے منسوب کیا اور ان کے نام پر یہ علم مسریم کہلایا جانے لگا۔ مگر اسے اس وقت

سرکاری سطح پر تسلیم نہیں کیا گیا تھا۔ یہ ان کی کوششوں کا نتیجہ تھا کہ ۸۲ء میں فرانسیسی حکومت نے ایک کمیشن نامزد کیا جس کا مقصد انسانی متناطیسیت پر تحقیق کر کے اس پر اپنی سرکاری رپورٹ تیار کرنا تھا۔ مگر بد قسمتی سے ان کی رپورٹ بڑی حد تک جانبدارانه تھی جس میں بجائے اس علم کو سرکاری سطح پر تسلیم کرنے کے اسے پر اسرار اور شیطانی علم گردانا گیا تھا جسے طبی حلقوں نے تسلیم نہیں کیا۔ بالآخر ۱۸۳۱ء میں ایک اور کمیشن نامزد کیا گیا۔ جس نے بالکل غیر جانب داری سے اپنے کام کا آغاز کیا اور ایک ایسی رپورٹ پیش کی جسے مسریزم کے حق میں کہا جاسکتا ہے۔ بہر حال برطانوی اور فرانسیسی حکومتوں کی اسی مسریزم دشمن کاوشوں کا ڈاکٹر ایس ڈیل جیسے قابل شخص کو اپنے ہم وطنوں کو ملاطمت و تشویش کا سامنا کرنا پڑا جن کی خدمات کو کبھی بھلایا نہیں جاسکتا۔ انہوں نے ایک خصوصی ہسپتال قائم کیا تھا جس میں مسریزم کے ذریعے اکثر قابل علاج امراض کا علاج کیا گیا۔ واضح رہے کہ اس ہسپتال کو چلانے کی سہولت ہندوستانی حکومت نے بہم پہنچائی تھی۔ اس طرح ڈاکٹر ایلیسن کو بھی مسریزم دوستی کی قیمت اس طرح ادا کرنی پڑی کہ اسے اس کے ساتھیوں میں مذاق کا نشانہ بنایا گیا اور اس کی کامیابیوں پر اس کا مذاق اڑایا گیا۔ مگر ان باہت ڈاکٹروں نے ثابت قدمی کا دامن ہاتھ سے نہ چھوڑا۔ ہر دشواری اور مخالفت کا ڈٹ کر مقابلہ کیا اور بالآخر مسریزم کو ایک طریقہ علاج کی حیثیت سے منوا کر دم لیا۔

جہاں تک ہندوستان میں ڈاکٹر ایس ڈیل کے کام کا تعلق ہے، یہ بات

ریکارڈ پر موجود ہے کہ اس نے متعدد مرتبہ مریضوں کو کسی خارجی دوا سے بے ہوش کرنے اور ان کے اعصاب کو ناکارہ کرنے کے بجائے مسریزم سے کام لیا اور مریضوں کو مسریزم کے اثرات کی زد میں لے کر سرجری کے جوہر دکھائے۔ مثلاً خطرناک آپریشن کیے اور جسم کے اندر سے غدود اور گھٹنوں کو نکال پھینکا۔ جن افراد نے سرجری کی تاریخ پر ہی ہے وہ جانتے ہیں کہ ان جدید دواؤں مثلاً کلوروفارم اور ایٹرکے دریافت سے قبل سرجری کتنا ہیماںک عمل تھا۔ مگر اس زمانے میں جن عقیم ڈاکٹروں نے اپنے مریضوں کو مسریزم کے اثرات کی زد میں لا کر ان کے آپریشن کیے۔ انہوں نے آپریشن اور اس کے بعد کوئی تکلیف محسوس نہ کی واضح رہے کہ اس زمانے میں آپریشن اتنا تکلیف دہ عمل تھا کہ مریضوں کی اکثریت آپریشن کی تکلیف ہی سے راضی عدم ہو جاتی تھی۔ بلا تکلیف سرجری سے قطع نظر طبی دنیا کی ایک بڑی شخصیت کا دعویٰ ہے کہ ایس ڈیل کے مریض جب آپریشن کی منزل سے گزر رہے ہوتے تو باقاعدہ ہوش میں دتے اور جراحی کے عمل کا چشم خود مظاہرہ کر رہے ہوتے تھے مگر انہیں کوئی تکلیف محسوس نہیں ہوتی تھی۔ ایس ڈیل کے ہم عصر اس کی مخالفت پر کمر بستہ تھے اور عجیب و غریب افواہیں اڑاتے تھے۔ ان کی احمقانہ باتوں کا ایس ڈیل کے پاس یہ جواب تھا ڈاکٹروں کا بورڈ تشکیل دیا جائے اور فیصلہ ان کے ذمہ چھوڑا جائے غائب یہ کہنے کی تو ضرورت نہیں ہے کہ ایس ڈیل کے اس چیلنج کا مقابلہ کرنے کی کسی میں ہمت نہ تھی۔ مخالفین نے کبھی بھی اس کو شجیدگی سے پرکھنے کی کوشش نہیں کی۔

## حیوانی مقناطیسیت

مسریزم کی تعلیمات کا بنیادی اصول یہ ہے کہ ہر انسان میں ایک فیصلہ کن توانائی پائی جاتی ہے۔ جسے حیوانی مقناطیسیت کہا جاتا ہے۔ اگر کوئی شخص اپنی مشقوں کو ذریعہ اپنی اس وقت میں اضافہ کر لیتا ہے تو اس میں یہ صلاحیت پائی جاتی ہے کہ کسی ایسے شخص کو اپنے مقناطیسی اثرات کی زد میں لے آئے جو رضا کارانہ طور پر اس کے لیے تیار ہو اور اس طرح وہ اپنے مقناطیسی اثرات کی زد میں آئے ہوئے شخص کے ذہن اور جسم کو کئی طرح کی ایب نارل کیفیات سے دوچار کر سکتا ہے۔ اس دور میں طبی سائنس کی فضا اس بات کی تحمل نہ تھی اور یہی بد قسمتی سے کافی عرصہ تک ایسا ہو سکا کہ مسریزم کو اس کی اصل حیثیت میں استعمال کے لیے پیش کیا جاسکا۔ تاہم اس پر تجربات کا سلسلہ جاری تھا اور پراسرار علوم سے دلچسپی رکھنے والا ایک طبقہ ایسا تھا جس نے اس علم کو کبھی پرمردہ نہیں ہونے دیا اور وقتاً فوقتاً اپنے تجربات سے دنیا کو روشناس کراتا رہا اور اس طرح ایک دن ڈاکٹر بریڈ نے مسریزم کی ایک اہم ترین شاخ پٹانوم کا تعارف کرایا اور لوگوں نے اسے تسلیم کیا کہ مسریزم پر کام کرنے سے پٹانوم پر کام کرنا کہیں آسان ہے۔ میراثاتی مشاہدہ ہے کہ اکثر اوقات معمول کو اپنے ہاتھ کی گردش سے اثرات قبول کر دینے کی تربیت دینے کے لیے کئی گھنٹے کی صبر آزما محنت درکار ہوتی ہے غالباً یہی وجہ ہے کہ گزشتہ ادوار میں بہل پسند طبیوں نے اس سے بچنے کی کوشش کی اور اس کی مخالفت پر کمر بستہ ہوئے۔ تاہم ان دنوں یہ

جو

خوش کن خبر ہے کہ اکثر ممالک مثلاً امریکہ اور روس وغیرہ بھی مابعد الطبعیاتی کاموں کی طرف مائل ہوئے ہیں اور روحانی دنیا میں تجربات کا آغاز کر چکے ہیں۔ اس سلسلے میں کرلین فوٹوگرافی کا ذکر بے غل نہ ہوگا۔ اکثر قارئین اس سے واقف ہوں گے۔ یہ ایک ایسا کسرہ ہے جس سے ماضی کی تصاویر کھینچنا ممکن ہو گیا ہے۔ یہ گویا اس بات کا اعتراف ہے کہ انسانی جسم سے مقناطیسی شعاعیں خارج ہوتی ہیں اور جسم کے وہاں سے ہٹ جانے کے بعد بھی برسوں تک وہاں موجود رہتی ہیں۔ یہ کیونکہ مسریزم کی تصدیق ہے جس پر کام کر کے بالآخر مغربی ممالک ایک سائنسی ایجاد میں کامیاب ہوئے۔

## بلند تر روحانی مظاہر فطرت

یہ سچ ہے کہ پٹانوم کے طریقوں سے بھی مسریزم کے مظاہر فطرت کا ظہور عمل میں لایا جاسکتا ہے ان طریقوں کی بنیاد بھی اسی اصول پر ہے مقناطیسی لہروں کے ذریعے معمول کے ذہن کی لاشعوری سطح پر قابو پایا جائے۔ اس کے برعکس اکثر بلند تر مظاہر فطرت جن پر مسریزم کے طریقوں سے قابو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ شاذ و نادر ہی پٹانوم کی تکنیکیوں سے قابو میں آتے ہیں۔ جب بھی پٹانوم کے ذریعے کوئی بلند تر روحانی مقصد حاصل کیا گیا ہے، اس کا مشاہدہ کیا گیا ہے کہ اس وقت پٹانوم کا عامل بیحد اس طرح کے عمل میں مصروف تھا جو کہ بالعموم مسریزم کے ماہرین کے لیے مخصوص ہیں۔ لہذا اس کا۔ اپنی کے پس پردہ یہ محرک بھی ہو سکتا ہے کہ اس دوران پٹانوم کا عامل غیر ارادی طور پر اپنی مقناطیسی

صفات کو بروئے کار لے آیا ہوا اور یہ کامیابی دراصل اسی کی مرہون منت ہو۔ لہذا کسی بھی طرح ان دونوں علوم کو عمومیت نہیں دی جاسکتی یعنی ان دونوں علوم کو جو ایک دورے سے الگ ہیں، ایک نہیں گردانا جاسکتا۔

مسکریزم اور پنٹانوم کی ماہیت پر اس بحث کو یہاں ختم کرنے سے پہلے ایک وضاحت ضروری ہے کہ اس میں اکثر معمول کسی عامل کے بغیر بھی فرانس میں آسکتے ہیں۔ اس میں یہ ضروری نہیں ہوتا کہ کوئی عامل اپنے معمول کو ہدایت دے اور معمول ان ہدایات کی روشنی میں خود کو اس کیفیت میں ضم کر دینے کے لیے پیش کر دے۔ بلکہ معمول چاہے تو رضا کارانہ طور پر خود پر پنٹانوم کی کیفیت طاری کر سکتا ہے۔ جسے خود ساختہ پنٹانوم کہا جاتا ہے۔

پنٹانوم کے ایک سبک فکر کا تو یہاں تک دھڑی ہے کہ پنٹانوم کی تمام صورتیں خود ساختہ ہوتی ہیں اور اس میں معمول اگر خود یہ کیفیت طاری کرنے میں تعاون نہ کرے تو اسے پنٹانوم نہیں کہا جاسکتا۔ میں ذاتی طور پر اس حیثیت کو پوری طرح قبول نہیں کرتا۔ مگر اس سے مکمل طور پر انکار بھی نہیں کر سکتا کیونکہ اس میں سچائی کی رفق موجود ہے۔

## فرانس میں آئی ہوئی کیفیت

پنٹانوم اور مسکریزم کے ذریعے ٹیلی پتھی میں ہدایات بہت اہم رول ادا کرتی ہیں۔ معمول سے کہا جاتا ہے کہ وہ ذاتی طور پر کسی خاص جگہ کا سفر کرے اور وہاں وہ جو کچھ دیکھے، بیان کرے۔ اس سلسلے میں معمول کو ایسی ذاتی اور جسمانی

ہدایات دی جاتی ہیں جن کا مقصد خدا سے اپنی پوشیدہ قوت کا احساس دلانا ہوتا ہے۔ یہ سارا عمل عامل اور معمول کی ایک عجیب و غریب قربت کے نتیجے میں وجود میں آتا ہے۔ اس تجربے کے وقت معمول اپنے ذہن کو کھینچتا عامل کے اثرات کی زد میں محسوس کرتا ہے اور رضا کارانہ طور پر اس کے مشوروں اور ہدایات پر عمل کرنے کے لیے تیار ہو جاتا ہے۔ مشقوں سے یہ ذاتی ربط اس حد تک بڑھایا جاسکتا ہے کہ معمول سے کافی قافلے پر ہونے کے باوجود اسے فرانس میں لاسکتا ہے اور معمول کو اس کا علم بھی نہیں ہونے پاتا کہ اس کا ذہن رفتہ رفتہ اس کا ساتھ چھوڑ رہا ہے اور کسی دوسرے شخص کے فرانس میں آ رہا ہے۔ اس روحانی رابطہ میں ٹیلی پتھی کا کردار سب سے زیادہ موثر ہے لہذا اکثر ماہرین ٹیلی پتھی کو ایک میڈیم کی حیثیت سے استعمال کرتے ہیں اور اس سے کام لے کر افراد کو سرائز یا پنٹانوم کرتے ہیں۔ مگر اس کا ایک بڑا نقصان یہ ہے کہ معمول خود کو ذاتی طور پر عامل کے رحم و کرم پر چھوڑ دیتا ہے جس کے نتائج بعض صورتوں میں خراب بھی ہو سکتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ میں عام افراد کو ٹیلی پتھی کے اس استعمال سے روکتا ہوں۔ میرا مشورہ ہے کہ جب تک آپ کو مسکریزم اور پنٹانوم کی عملی معلومات حاصل نہیں ہو جائیں حتیٰ الامکان ٹیلی پتھی کو ان مقاصد میں استعمال کرنے سے گریز کریں۔

یہاں میں یہ بتا دینا ضروری خیال کرتا ہوں کہ روحانیت کے ارتقاء کے لیے بڑے بڑے دائرے کی تکنیک ایک ایسا عمل ہے جسے پنٹانوم اور مسکریزم کے طریقوں کا مشترکہ استعمال کہا جاسکتا ہے جب متعدد افراد مل جل کر روحانیت کے لئے کام کریں تو ان کے اجتماع کو ”پول“ کہا جاتا ہے اس طرح

نتیجہ اخذ کرنا آسان ہو جاتا ہے یعنی وہ بات جو اکثریت پر اثر انداز ہوتی ہے تجربے کا نتیجہ ہے البتہ اگر ماہرین روحانیت یہ دعویٰ کریں کہ اس طرح کے تجربات اس لئے نکل نظر ہیں کہ اس گروپ کی انفرادی روحانی قوتیں نتائج پر اثر انداز ہونے کی صلاحیت سے بہرہ ور ہوتی ہیں۔ تو یہ ایک ایسا سوال ہے جو اس کتاب کے موضوع اور اس کے دائرہ کار سے باہر ہے۔

### نشہ آور ادویہ کا استعمال

نبیلی پنتھی کی حساسیت میں اضافہ کرنے کا ایک طریقہ ادویہ کا استعمال بھی ہے۔ انسانی تاریخ کی ابتدا سے تقریباً ہر دور میں ایسی نشہ آور ادویہ یہ یا مخلول کا رواج رہا ہے جو کسی نہ کسی شکل میں آج تک قائم ہے اکثر ماہرین اپنے معمول پر ایک مخصوص کیفیت طاری کرنے کے لئے بعض دوائیں استعمال کراتے ہیں اکثر یہ تجربات کامیاب رہتے ہیں مگر کبھی کبھی ان کے حقیقی اثرات کا سامنا بھی کرنا پڑ جاتا ہے۔ ان ادویہ کے اثرات اکثر بے قاعدہ اور بے ضابطہ پڑتے ہیں اور اکثر معمول کا ذہن کام کرنے سے انکار کر دیتا ہے یا اس کی ان چابی صلاحیتیں بیدار ہو جاتی ہیں اس لئے اپنے شاگردوں کو مشورہ دیتا ہوں کہ وہ روحانیت میں "شارٹ کٹ" کے استعمال سے پرہیز کریں اور کسی قسم کے مقصد کے لئے بھی ہر قسم کی نشہ آور دوا کے استعمال سے گریز کریں، آئے دن میرا واسطہ ان افراد سے پڑتا ہے جو ان ادویہ کے استعمال کے عادی ہوتے ہیں اور اب اس سے چھٹکارا پانے کے خواہش مند ہوتے ہیں۔

### خواب میں ٹیلی پتھی

اب ہم ایک اور میڈیم کو زیر بحث لاتے ہیں جس کے ذریعے ٹیلی پتھی کے تاثرات موصول ہوتے ہیں اور یہ میڈیم خواب کے تصورات پر مشتمل ہے خواب میں ٹیلی پتھی کے وقوع پر بہت زیادہ تحقیقی کام ہو چکا ہے حالت خواب میں بھی ٹیلی پتھی کا وہی طریقہ عمل میں لایا جاتا ہے جو کہ حالت بیداری میں مگر اس کی شکل ذرا بدلی ہوئی ہوتی ہے عامل کو اپنا طریقہ کار تبدیل کرنے کی ضرورت نہیں ہے مگر معمول کو اپنے طریقہ کار میں تبدیلی لانی ہوگی اسے یہ تصور کرنا ہوگا کہ بعض عکس اور تاثرات اس کی نیند کے دوران اس تک پہنچیں گے اور اس کے خواب کی تہہ توڑ کر اس کے دماغ کی لاشوری سطح سے نکرائیں گے اور پھر خواب کی صورت میں منعکس ہو جائیں گے۔ جدید نفسیات نے ان خوابوں کی تہوں اور اس کام کے بارے میں ہمیں بہت کچھ بتایا ہے ان کا کہنا ہے کہ دوسری باتوں کے علاوہ ہمیں وہ باتیں بھی خواب میں نظر آتی ہیں جو ہمارے لاشوری میں گردش کرتی رہتی ہیں مگر حالت بیداری میں ہمارا شعور ان پر حاوی رہتا ہے اور انہیں ہر دفعہ ظاہر ہونے سے روکتا ہے مگر حالت نیند میں جب کہ ہم پر لاشوری نیند مسلط ہوتی ہے ہمارا لاشور کام میں معروضہ رہتا ہے اور خواب میں وہ باتیں بھی ظاہر کرتا ہے جس کو حالت بیداری میں ظاہر نہیں کر سکتا عام طور پر لاشور اپنی کیفیت جس قارم میں ظاہر کرتا ہے وہ علامتی ہوتی ہے اور یہ خواب کی علامات ہی ہوتی ہیں جو ہماری لاشوری محرکات اور ان کی قوت کی

فمازی کرتی ہیں۔

اور اس طرح خواب کی تعبیر کا ایک مستبر طریقہ یا سائنس وجود میں آگئی ہے جسے سب سے پہلے مشہور ماہر نفسیات سگنڈ فرائڈ اور اس کے قابل شاگرد جگ نے حصارف کرایا۔ فرائڈ کے نزدیک خواب کا سب سے بڑا محرک جنس ہے۔ اگرچہ فرائڈ کا نظریہ جس اپنے ہم عصر عطاء کے مقابلے میں بے حد وسیع اور آزادانہ تھا تاہم اس کی بنیاد اس قدر مضبوط ہے کہ کافی زمانہ اسے رد کیا جاتا آسان نہیں و کنٹریریہ کے عہد میں زمانے کی تنگ نظری نے اس کی بے حد مخالفت کی مگر آج اس کی تعمیر و کثوری کو قول عام کا درجہ حاصل ہے۔ بعد میں جگ نے جاس کا شاگرد تھا اس کے مقابلے میں سیکس کی زیادہ بہتر تریف کی اور اسے معنوی اعتبار سے عظیم کر دیا۔

### ٹیلی پیتھی اور دوسرے مظاہر فطرت

جب ماہرین نفسیات خوابوں کے تجزیے کا طریقہ اپناتے ہیں تو انہیں چہ چتا ہے کہ شبیہوں اور خیالات کے سیلاب کے درمیان جوکہ دراصل لاشعور کی کارفرمایاں ہوتی ہیں ایسی شبیہیں اور تاثرات بھی موجود ہیں جن کا دوسروں سے کوئی تعلق نہیں ہے اور حالانکہ ماہرین انہیں کہیں کہیں فٹ کرنے کی ہر توڑ کوشش کرتے ہیں مگر بعض مفرد خیالات ایسے ضرور پکڑے جاتے ہیں جو باقی خواب کی تصاویر سے ہم آہنگ نہیں ہوتے پاتے۔ متعدد صورتوں میں یہ تاثرات بعض ایسے افراد سے مربوط پائے گئے ہیں جن سے یہ جذباتی تعلق رکھتے ہیں اور اکثر

ان ہی کی لاشعور خواہشیں ہوتی ہیں جو خواب دیکھنے والے کو حالت نیند میں گھیر لیتی ہیں اور اس کے لاشعور میں سے گزر کر خواب کے میڈیم کے ذریعے ظاہر ہوتی ہیں۔

اس کلیہ کو مد نظر رکھ کر بعض قیمتی تجربات ایسے کئے گئے ہیں جس میں ایک شخص نے عامل کی حیثیت سے تصاویر اور خیالات ایک محو خواب معمول کی طرف ارسال کئے اور پھر اس بات کے مثبت ثبوت دستیاب ہوئے کہ یہ ٹیلی پیتھی کے پیغامات سوتے ہوئے معمول کو اس کے خواب میں نظر آئے۔ گوکہ اس کی شکلیں تجزیہ کی صورتوں میں بدل گئیں مگر ان کا تاثر اس پیغام کے سوا کچھ نہ تھا جو کہ بالا راہہ بھیجا گیا تھا اکثر صورتوں میں معمول کو یہ باتیں جاننے کے بعد بھی یاد ہیں اور جب اس نے اپنے خواب دہرائے تو انہیں اس پیغام سے متاثر پایا گیا لیکن اگر اپنے اطراف موجود اشخاص سے اسی طرح متاثر ہوتے ہیں تو اس کا مطلب ہے کہ ہمارے ذہنوں پر بیک وقت مختلف خیالات افراد کی اجتماعی فکریں حملہ آور ہوتی ہیں؟ یہ ایک دلچسپ سوال ہے جس کا تفصیلی جواب اس کتاب کی بساط سے باہر ہے تاہم ایک سرسری بحث دلچسپی سے خالی نہ ہوگی۔ یہ بات ہم سب کے مشاہدے میں ہے اور یقیناً آپ بھی اس سے دوچار ہوئے ہوں گے کہ اکثر بعض افراد کے بارے میں ہمارا پہلا تاثر صحیح ثابت ہوتا ہے یا ہم انہیں سمجھنے میں قلعی نہیں کرتے اسی طرح اکثر بعض افراد کو خود سے متعلق دیکھ کر حیران ہو جاتے ہیں اس کے علاوہ یہاں مرحوم ایڈگر کے کا ذکر ہے گل نہ ہوگا جس کے تجربات کے دوران اس کا واسطہ

بعض ایسے افراد کے خیالات اور بیانات سے بڑا۔ جنہیں اس نے کبھی نہیں دیکھا تھا دوسرے لفظوں میں اس کا ذہنی رابطہ ایسے افراد سے قائم ہو گیا تھا جن کے بارے میں وہ کچھ نہیں جانتا تھا۔

### پودوں پر ٹیلی پیتھی کے اثرات

کیا ایسا نہیں ہو سکتا کہ ہم روحانی طور پر صرف بنی نوع انسان سے شملک ہونے کے بجائے کرہ ارض پر پائی جانے والی ہر زندہ شے سے شملک ہوں؟ کیوں نہیں ہو سکتا جب کہ اکثر تجربات اس کا جواب اثبات میں دیتے ہیں! ایسا کچھ حالیہ تجربات کا ذکر ضروری ہے جو پودوں پر کئے گئے تھے اور جن سے یہ ثابت ہوا کہ پودے بھی اپنے ارد گرد پائے جانے والے خیالات اور انکار سے متاثر ہوتے ہیں۔ بعض تجربات میں عامل نے یہ ذہنی تاثر دیا کہ وہ پودے کو ہلانے جا رہا ہے اور جب پودے سے ایک آد لنگر اس کی کیفیات کوٹ کی گئیں تو پتہ چلا کہ پودے پر بھی اس خبر کے وہی اثرات مرتب ہوئے ہیں جو کبھی شخص سے متوقع کئے جاسکتے ہیں جس طرح کسی آدمی پر آپ کے اس ارادے کا اثر اچھا نہیں پڑے گا۔ اور اس کا دوران خون تیز ہو جائے گا بالکل اسی طرح پودے پر مختلف طرح کے دباؤ اور کھینچاؤ وغیرہ کوٹ کئے گئے یہاں بھر فطرت کے اس دھڑکی کی توثیق ہوتی ہے کہ تمام مظاہر فطرت ایک اکائی کا انداز ہیں یا یہ سب ایک ہی ذات کا پرتو ہیں اسی طرح ہمارے ان تجربات سے صوفیائے کرام کے فلسفہ جزو کل کی توثیق ہوتی ہے یعنی ایک شے جو ہم دیکھتے ہیں اپنا انداز ہی وجود نہیں رکھتی بلکہ کسی نہ کسی طرح ایک عقیم تر شے سے

شملک ہیں اور اسی کا ایک حصہ ہے۔

پراسرار علوم کے ماہرین اور ساحر حضرات ہمیشہ سے اس بات کے مدعی ہیں کہ آفاقی روشنی موجود ہے جو خیالات اور احساسات و جذبات سے عبارت ہے اور جس نے پوری دنیا کو اپنے گھیرے میں لے رکھا ہے بلکہ اس پورے نظام سے بھی پرستاپنا وجود رکھتی ہے اس طرح اس لطیف فضا میں زندگیاں وجود میں آتی ہیں اور حرکت کرتی ہیں اور دنیا پر مسلط نورانی فضا دنیا میں پائی جانے والی زندگیوں کے درمیان رابطے کا کام کرتی ہے یہاں تک کہ تمام نہاد مردہ توانائیاں بھی کرہ ارض پر پائی جانے والی زندگی کی اس عظیم تر اکائی سے الگ وجود نہیں رکھیں شاید اس لئے ساحرین کا دعویٰ ہے کہ نورانی فضا کا یہ خط ایک ایسا علاقہ ہے جہاں مابعد الطبیعیاتی توانائیاں کا سراغ لگایا جاسکتا ہے اسی طرح ان کا یہ بھی کہنا ہے کہ یہ توانائیاں کرہ ارض پائی جانے والی زندگیوں پر کئی طریقوں سے اثر انداز بھی ہوتی ہیں۔

چنانچہ ہم مابعد الطبیعیاتی توانائیوں کے خزانے کے منہ پر کھڑے ہیں اور ہا ہیں تو صدیوں کے آزمودہ نسخے کو روئے کار لاتے ہوئے ان میں سے بیشتر کو اپنا اسیر کر سکتے ہیں۔ اکثر ایسا بھی ہوا ہے کہ بعض افراد روحانی تکنیکوں سے بے خبر رہے ہیں اتفاقاً یہ طور پر ان تو قوتوں سے رابطہ قائم کر لیتے ہیں ان سے کام لیتے ہیں یا نقصان اٹھاتے ہیں ان میں سے اکثر توانائیاں، شفا بخش قوتوں کے نام سے موسوم ہیں اور اکثر افراد ان کو مختلف بیماریوں اور کمزوری سے شفا پانے کے لئے استعمال کرتے ہیں۔ شفا کا ایک ایسا جدید موضوع ہے کہ اس پر صرف مختاط

تجربات ہی ہو سکتے ہیں مگر ہم نے اس موضوع کو یہاں اس لئے چھیڑا ہے کہ ہمارا عقیدہ ہے کہ تمام شفا بخش توانائیوں میں ٹیلی پتھی ایک لازمی عنصر ہے۔

## خفیل شدہ توانائی

ایک مابعد الطبیعیاتی کانفرنس میں ایک ڈاکٹر نے ایک تصوری پیش کی جو اس کے ذاتی تجربات اور مشاہدات پر مبنی تھی۔ اس کا کہنا تھا کہ اکثر مابعد الطبیعیاتی شفا بخش قوتیں اس لئے رو بہ عمل آتی ہیں کہ وہ حامل کے ذریعے مریض کے جسم تک خفیل ہوتی ہیں اور ٹیلی پتھی ان توانائیوں کی خفیل میں میڈیم کا کام کرتی ہے۔ اس سلسلے میں غیر موجودہ چارہ گری ایک اچھی مثال کہی جاسکتی ہے جسے اکثر چارہ گرا استعمال کرتے ہیں۔ ہوتا یہ ہے کہ اس طرح جسم کی قدرتی شفا بخش قوتیں موصول شدہ قوتوں سے مل جاتی ہیں اور ان کے اشتراک سے اچھے اثرات جنم لیتے ہیں جو مریض کو جلد شفا بخش دیتے ہیں۔

بعض چارہ گرا اس بات پر زور دیتے ہیں کہ یہ توانائی مابعد الطبیعیاتی توانائیوں کو ایک ترتیب میں لانے سے جنم لیتی ہے۔ جب کہ دوسروں کا عقیدہ یہ ہے کہ یہ قوت انہیں اللہ کی طرف سے ودیعت ہوئی ہے اور دراصل یہ خدائی قوت ہے جو ان کے ذریعے مریض کے جسم تک خفیل ہو رہی ہے جہاں تک اس دعویٰ کا تعلق ہے کہ تمام قوتیں مغناطی اللہ ہیں دونوں مکتبہ فکر سے تعلق رکھنے والے حضرات، انسان ہیں لہذا دونوں ہی اپنے اس موقف پر ڈٹے ہیں کہ صرف ان کے پاس ہے اور دوسروں کا دعویٰ جھوٹا اور باطل ہے۔ بہر حال اس

شاذ مسئلہ سے قطع نظر کہ ان میں سے کون حق پر ہے اور کون ناحق پر ہے ایک ایسا مکتبہ فکر بھی موجود ہے جو دونوں مکاتب فکر کی توثیق کرتا ہے اور دونوں کے طریقہ ہائے علاج کو درست مانتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی یہاں اس کا تذکرہ بھی ضروری ہے کہ شفا بخش توانائیوں کے لئے لازمی نہیں ہے کہ وہ ہمیشہ ہی ٹیلی پتھی کی لہروں پر سفر کریں۔ ان کے علاوہ بھی دوسرے طریقوں سے موثر ثابت ہو سکتی ہیں۔

ابھی ہم نے جسم کی قدرتی شفا بخش قوتوں کا تذکرہ کیا تھا۔ یہ پوشیدہ قوت ہمیشہ جسم کو صحت مند رکھنے کے لئے سرگرم عمل رہتی ہیں۔ عظیم تر قوتوں کی حامل ہے اور ایسے جسمانی اثرات مرتب کر سکتی ہے جنہیں معجزوں سے تعبیر کیا جاسکتا ہے۔ لہذا یہاں یہ کہا جاتا ہے کہ یہ ٹیلی پتھی کی ہی تحریک ہوتی ہے جو دراصل ان پوشیدہ قوتوں کو چمکاتی ہے جن سے آدمی صحت یاب ہوتا ہے۔ یہاں پھر اس خدائی قوت کا قائل ہونا پڑتا ہے جس نے ان خفیل قوتوں کی تخلیق کی جن سے آدمی کام لے کر معجزاتی مظاہرہ کرتا ہے کچھ عجیب نہیں کہ خود اندرون قوت بھی اپنی صلاحیتوں کے لئے بیرون قوتی فضا میں پائی جانے والی نورانی فضا کی مرہون منت ہو۔

## روحانی موجودات

میں پہلے بتا چکا ہوں کہ بعض چارہ گرا اس بات کے مدعی ہیں کہ انہیں مابعد الطبیعیاتی موجودات یا دوسرے لفظوں میں موکلوں کی خدمات حاصل ہیں جن



کی مدد سے وہ شفا بخشی کا کام کرتے ہیں اس طرح دوسروں کا دعویٰ ہے کہ انہیں بھی اپنے کام سر انجام دینے کے لئے ہمارے اقوتوں کی تائید اور مدد حاصل ہے۔ اکثر حساس افراد ان عاملین کے زیر علاج ہوتے ہیں جو تمہیں کہتے ہیں کہ عامل ان کے بہت قریب ان کے سر ہانے موجود ہے جب کہ حقیقت یہ ہوتی ہے کہ عامل ان سے بہت دور ہوتا ہے اور ٹیلی پتھی کے ذریعے ان کی عقلی قوتوں کو جگانے کی کوشش کر رہا ہوتا ہے اس کے علاوہ کئی بے شمار مشاہدات ایسے ہی آکرے کر یکارا سے دستیاب ہو جائیں گے جن سے روحانی موجودات کا ہونا ثابت ہوتا ہے۔ ہمیں یاد رکھنا چاہئے کہ جس طرح روحانی فضا کی موجودگی ثابت ہے اسی طرح یہ بات بھی اب پایہ ثبوت کو پہنچ گئی ہے کہ ہم اپنے حقیقی جسم کے ساتھ ایک روحانی وجود بھی رکھتے ہیں جو اکثر ہم سے الگ بھی ہو جاتا ہے ماہرین روحانیت اس پر قہر دیتے ہیں کہ وہ جب چاہیں اپنی جسمانی روح کو جسم حقیقی سے علیحدہ کر کے کسی کام کی تکمیل کے لئے جہاں چاہیں بھیج سکتے ہیں۔

ایک مشہور روحانی، معالج ہیری ایڈورڈ اس جگہ سے میلوں دور دیکھا کہ ہے جہاں اس کا جسم حقیقی موجود تھا۔ ایسی ہی بعض مثالیں مذہبی کتب میں دستیاب ہیں۔ مثلاً حضرت عیسیٰ کو بھی ضرورت مندوں کے علاج کے سلسلے میں اسی طرح ایک ہی وقت میں دو مختلف جگہوں پر دیکھا گیا ہے۔ اس طرح بعض مریضوں کی ان آراء کا اظہار ضروری ہے کہ جب وہ کسی روحانی معالج کے زیر علاج تھے تو نہ صرف یہ کہ انہیں معالج کے جسم روحانی سے واسطہ پڑا تھا۔ بلکہ ان کے خیال میں انہوں نے بعض ایسے روحانی اجسام بھی دیکھے ہیں جو معالج

کے مددگار کی حیثیت سے کام کر رہے تھے۔

## ٹیلی پیتھی کے خیالات کی شکلیں

ایسے خواتین و حضرات کی کمی نہیں ہے جو ٹیلی پیتھی پر کام کرتے ہیں اور اس سلسلے میں قطعی فکر نہیں کرتے کہ ٹیلی پیتھی کی ماہیت اور اس کی مختلف تصویریاں کیا ہیں۔ ان کے لئے اتنا ہی کافی ہے کہ ٹیلی پیتھی کام کرتی ہے جب کہ ایسے افراد بھی موجود ہیں جو یہ جاننے کے خواہش مند ہیں کہ یہ کس طرح کام کرتی ہے۔ سو فیصد افراد کو اس کے لئے تحقیق کا وسیع میدان موجود ہے۔ مثال کے طور پر یہ سوال کہ خیالات کی شکلیں کیا ہیں؟ جیسے عام ٹیلی پیتھی میں خیالات اندرونی سطح پر جنم لیتے ہیں اور سرخز ہوتے ہیں۔ اسی طرح یہ خیالات بھی اپنی مختلف شکلیں رکھتے ہیں اور اپنی نوعیت میں سے کسی شے یا شخص سے منسلک ہو سکتے ہیں۔ ایک دفعہ مجھے ایک روحانی طور پر حساس خاتون سے ملاقات کا اتفاق ہوا۔ اس وقت وہ ایک مجمع میں موجود افراد کی خصوصیات بیان کر رہی تھی۔ ایک دوسری صورت کے بارے میں جب اس نے بہت تفصیل سے بات کی تو میں نے اس کی توجہ ایک شخص کی طرف مبذول کرانی جس کے خدا و خال عام افراد سے مختلف تھے۔ جب اس خاتون سے اس کے بارے میں دریافت کیا گیا کہ وہ اسے جانتی ہے کہ اس نے کہا کیوں نہیں میں اس کو بھی طرح جانتی ہوں یہ ایک ناول کا مرکزی کردار ہے جو میں لکھ رہی ہوں۔ میں نے اپنے ذہن میں اس کردار کی تشکیل کے لئے بہت وقت صرف کیا ہے اس مثال کے مطابق

ہمارے ذہنوں میں جو ادراکی خیالات جنم لیتے ہیں وہ درحقیقت اپنی فارم میں ادراکی نہیں ہوتے بلکہ یہ دنیاوی اجسام ہی میں جو اپنی ماہیت بدل لیتے ہیں۔ اسی طرح ہمارے عام طبی حواس بھی ایک بنیادی جس "لمس" کی بدلی ہوئی شکلیں ہیں روحانی علوم میں ہمارا خیال ہے کہ ٹیلی پتھی بھی بنیادی حیثیت رکھتی ہے اور باقی علوم اس کی ترقی یافتہ شکلیں ہیں۔

ابھی ہم نے کہا تھا کہ خیالات کی شکلوں کو اشیا اور افراد سے منسلک کیا جاسکتا ہے اور جن اشیا کے ساتھ "خیالات" منسلک ہوتے ہیں ان کو دنیا کے تقریباً تمام مذاہب میں مقدس گردانا جاتا ہے۔ ان اشیا کے مقدس ہونے کے ناطے ان سے یہ عقیدہ منسلک ہوتا ہے کہ وہ جس سے جمو جائیں اس پر آسانی رحمتیں نازل ہوتی ہیں یا وہ بلاؤں سے محفوظ ہو جاتا ہے یہاں مثالوں کی ضرورت نہیں۔ آپ کو دنیا کے ہر عقیدے میں اس کی مثالیں مل جائیں گی۔ یہ اشیا دراصل توانائیوں کا منبع ہوتی ہیں جو ان اشیا کے لمس کے ذریعے دوسروں تک منتقل ہوتی ہیں۔ اس طرح بعض ایسے افراد بھی مقدس خیال کئے جاتے ہیں جو مقدس شے کا استعمال کرتے رہے ہوں۔ چنانچہ جو لوگ ان سے منسلک ہوتے ہیں فیض پاتے ہیں۔

### بولتی ہوئی روح

یہ ایک اور طریقہ ہے جس کے ذریعے خیالات طبی اجسام پر اثر انداز ہوتے ہیں اور جسے بعد میں بہت شہرت ملی ہے وٹنی دہاؤ کی اکثر صورتوں میں

یہ محسوس کیا گیا ہے کہ کبھی کبھی خفی توانائیاں جزوی طور پر بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔ یہ چیز غالباً ان کم عمر لڑکیوں میں زیادہ تیزی سے ظاہر ہوتی ہیں جو جن بلوغت میں قدم رکھ رہے ہوں۔ ان دنوں چونکہ وہ زیادہ حساس ہوتے ہیں لہذا بیرونی خیالات اور جذبات و احساسات کو زیادہ محسوس کرتے ہیں جو کہ ان دنوں ان کی مخصوص چال ڈھال اور شعور وغیرہ کرنے کی عادت سے ظاہر ہوتی ہے اس کو ہم بولتی ہوئی روح کا مظہر کہہ سکتے ہیں جو افراد ایسے نوجوانوں کے قریب رہے ہوں وہ جانتے ہیں کہ ان کا قریب بہت تکلیف دہ ہوتا ہے وہ ہر لمحہ اپنے آپ کو مرنے کی فکر میں جتا رہے ہیں البتہ اگر نفسیاتی طور پر ان کی مدد کی جائے تو ان میں سے بیشتر کے راہ راست پر آنے کے امکانات ہو جاتے ہیں میں نے خود اس طرح کے درجنوں کیسوں کا مشاہدہ کیا ہے اور اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ اگر ایسے نوجوانوں سے ہمدردی کا رویہ رکھا جائے تو اکثر اس کے مفید نتائج نکلے ہیں۔ اگرچہ اکثر مثالیں اس کے برعکس بھی پائی گئی ہیں۔ اکثر صورتوں میں یہ بھی ہوا ہے کہ عموماً جد پائے گئے خٹلا شعوری اور لاشعوری ٹیلی پتھی کے اثرات جو کہ روحانی دنیا سے اثر انداز ہو رہے ہوں۔ نیز دوسرے ذہنوں کا اپنی خفیاں بھی کسی بہن کی پراگندگی کا باعث بن سکتا ہے البتہ جب نوجوانوں کے ذہنوں کو کھٹکلا گیا تو پتہ چلا کہ ان کے اذہان نہ صرف دنیاوی اشیا سے متاثر ہوئے ہیں بلکہ انہیں بیرونی اثرات کی زد میں بھی پایا گیا۔ ان میں سے بعض نوجوانوں کے اذہان اس قدر حساس تھے کہ وہ مردوں کی ارواح کی زد میں آ گئے تھے جن میں سے اکثر بظاہر غیر انسانی وجود

رکھتی تھیں۔ البتہ جہاں تک انسانی روحوں کا تعلق ہے میری رائے ہے کہ اس سلسلے میں بالکل مناسب رویہ رکھا جائے اور اس غلط فہمی کے ساتھ ان کے معمولات میں دخل دیا جائے کہ انہیں اس کی موجودہ حالت سے نجات دلائی جائے گی اور غلط فہمی ختم ہو جائے گی۔ اس جال کو توڑنے کے لئے بہت کافی ہے جس میں کہ یہ ارواح ابھی ہوئی ہیں۔

### جنت منتر

جنت منتر اور اس کی افادیت کا سوال بہت پیچیدہ ہے۔ اگرچہ اس پر زمانہ قبل از تاریخ سے عمل ہو رہا ہے مگر فی زمانہ اس کی بڑھتی ہوئی تعداد اور اسی طرح پڑھنے والوں کے یہاں مبلغین کی فوج غفر موج یقیناً دلچسپی کا باعث ہے جو بجائے تبلیغ کے کام میں دلچسپی لینے کے بجائے پھونک اور جنت منتر کا کام اپناتے ہوئے ہیں۔ جہاز پھونک کے اثرات اپنی جگہ مگر یہ لوگ جس طرح اس کے مدعی ہیں وہ بہر حال مشکوک ہے ماہرین روحانیت کے جہاز پھونک کے اپنے طریقے ہوتے ہیں جو اتنے ہی موثر ہوتے ہیں جتنے کہ راہبوں کے۔ اگر کبھی ایسا ممکن ہو جائے کہ ان دو مختلف مکاتب ہائے فکر کے افراد مل کر کام کریں تو اس کے نتائج یقیناً اچھے نکل سکتے ہیں۔

ہم نے یہاں تک ٹیلی ویشن کی جو مطالعہ کیا ہے وہ درحقیقت بہت سرسری ہے اور قاری کو صرف یہ بتاتا ہے کہ ٹیلی ویشن کیا ہے۔ اس کی کیا وجہ ہے یہ موضوع دراصل اپنی نوعیت میں بہت وسیع اور عمیق ہے اور یہ مختصر کتاب اس کی

مختصر نہیں ہو سکتی تھی کہ اس میں مختصر معلومات فراہم کرنے کے علاوہ بھی کچھ بیان کیا جاسکے تاہم یہ کوشش کی گئی ہے کہ اس موضوع پر موجود ان تمام ضروری اور مفید معلومات سے قارئین کو آشنایا جائے جو ان کے آئندہ مطالعے اور تجربات میں معاون ثابت ہو سکیں۔ غالباً آخر میں یہاں یہ خاکہ پیش کر دیا جائے کہ اس موضوع پر کس قسم کی تحقیق مفید ثابت ہو سکتی ہے یہ تو قارئین کی خاصی رہنمائی کرے گا۔

ہم سب کی نہ کسی حد تک روحانی معاملات میں تنگ نظر واقع ہوئے ہیں ہم خود کو منفرد اور مفرد ہستیاں خیال کرتے ہیں۔ یہ ایک لحاظ سے تو درست ہے۔ مگر درحقیقت یکسر غلط ہے ہم بظاہر ایک دوسرے سے الگ نظر آتے ہیں مگر یہ علیحدگی ایک فریب کے سوا کچھ نہیں ہے اپنی ظاہری شخصیتوں سے پرے ہم اپنا سچا وجود دریافت کر سکتے ہیں جو کہ اس سرخنی کا ناکہ تک محدود نہیں ہے بلکہ یہ صرف اس کا مادی رخ ہے جس سے ہم واقف ہیں۔ اب جب کہ مختلف افراد میں مختلف قوتوں کا سراغ مل چکا ہے ہم کو بھی اپنی روح میں جھانکنے کا موقع ملا ہے اور تب ہی ہمیں یہ چلا کہ ہمارا علیحدہ وجود صرف نظر ہے اور درحقیقت ہم سب کی ایک وحدت کا حصہ ہیں۔ ہمارا علیحدہ وجود لاکھوں سال کی مابیت قلب کا نتیجہ ہے جس نے ہمیں ایک دوسرے سے الگ کر کے خالوں میں بانٹ دیا ہے بہر حال شخصیت کی نقاب کے پیچھے ہمارا حقیقی وجود ہے جو زندہ اور متحرک ہے اور جس کے بارے میں ہمارا ظاہری وجود بہت کم علم رکھتا ہے ہم اس کی بابت صرف اس وقت کچھ جانتے ہیں جب ہم اپنے لاشعور میں سے ہو کر اپنی روح کا

سفر کرتے ہیں۔

ہمارے خیالات دراصل حقیقی خیالات کا عکس ہوتے ہیں۔ حقیقی خیالات کی دنیا قطعی الگ ہوتی ہے مگر ہم دماغاً قائل ٹیلی پیتھی کے ذریعے اس دنیا سے رابطہ قائم کر سکتے ہیں اس کے لئے ہمیں دقتی طور پر خود کو مادی دنیا کی پابندیوں اور کشائش سے آزاد کرانا پڑتا ہے۔

## شمع بنی کی یوگا تکنیک

یوگا میں بھی شمع بنی اسی طرح کی جاتی ہے جس طرح ٹیلی پیتھی کا عمل شروع کرنے کے لئے کی جاتی ہے لیکن اس میں چند ایک ترامیم کی گئی ہیں جو درج ذیل ہیں۔

- 1۔ ٹیلی پیتھی میں شمع بنی کے دوران کرسی پر بیٹھنے کی اجازت دی گئی ہے لیکن یوگا میں شمع بنی کے دوران زمین پر بیٹھنا ضروری ہے۔
- 2۔ ٹیلی پیتھی کے ماہرین نے بیٹھنے کا کوئی خاص انداز نہیں بتایا لیکن یوگا میں ٹیلی پیتھی کے دوران ایک مخصوص آسن اپنانا ضروری ہے۔
- 3۔ تیسرا اور اہم فرق یہ ہے کہ ٹیلی پیتھی میں شمع کی لوپک جھپکائے بغیر دیکھنا ضروری ہے لیکن یوگا میں ایسا نہیں ہے یوگا میں شمع بنی کی مشق کے دوران ہم بالکس جھپکا سکتے ہیں لیکن شرط یہ ہے کہ توجہ قائم رہے۔

یوگا میں شمع بنی کی مشق کو دو حصوں میں بانٹا جاسکتا ہے پہلے دھمنٹ تک شمع گھورتا ضروری ہے بعد میں دھمنٹ تک آنکھیں بند کر لیں اور پھر شمع کی جلتی

ہوئی لو کو اپنے ذہن میں قائم رکھنے کی کوشش کریں اور اس کے بعد ۱۵ قاعدہ مشق کی ابتداء کریں مشق کو شروع کرنے سے پہلے ایک عدد شمع جلا کر 3۔5 فٹ کے فاصلے پر رکھ دیں اور اس کے بعد یوگا کی کنول بیٹھک (Lotus Posture) کے انداز میں بیٹھ جائیں اور شمع کو گھورتا شروع کریں شمع کو بالکل فطری انداز میں گھورتے رہیں اور آنکھوں پر بالکل زور نہ ڈالیں یعنی جب ضرورت محسوس ہوا آنکھیں جھپک لیں اس کے بعد شمع کی لو کی ہر حرکت کا توجہ انہماک سے مشاہدہ شروع کر دیں (یہ مشاہدہ تقریباً 3 سیکنڈ تک کریں) اب 30 سیکنڈ تک شمع کے شعلے کے اندر جھانک کر گھور کر دیکھیں اور شمع کے شعلے میں پیدا ہونے والے مختلف رنگوں کا مشاہدہ کریں ان رنگوں کو اس طرح توجہ سے دیکھیں کہ تمام رنگ دماغ کے اندر مارتے ہوئے محسوس کریں اب آہستہ آہستہ آنکھیں بند کر دیں اور دونوں ہاتھوں کی پتھیلیاں آنکھوں پر رکھ لیں۔ آنکھیں بدستور بند رکھیں لیکن شمع کی لو کا عکس ذہن میں قائم رکھیں بالکل اسی طرح کہ شمع آپ کے ذہن کے اندر روشن ہے شمع کی لو کی خصوصیات اور رنگوں میں تبدیلی کا مشاہدہ 30 سیکنڈ تک کریں اگر اس دوران شمع کی لو تصور سے غائب ہو جائے تو قوت ارادی کو استعمال میں لاتے ہوئے اس تصور کو واپس لائیں جب آپ کے ذہن میں اس کا تصور دھندلا ہونے لگے تو اس وقت بھی دقتی تصور میں اس کو گھورتے رہیں اور اس کی ہار یک اور لطیف تبدیلیوں کا مشاہدہ کریں اس کے بعد آہستہ آہستہ اپنے ہاتھ آنکھوں سے ہٹا کر گھٹاؤں پر رکھ لیں اور آنکھوں کو حل دیں۔ اس مشق کو حسب ضرورت جتنی بار آپ چاہیں دہرا سکتے ہیں کچھ ہی

عرے کی مشق کے بعد آپ جتنی دیر چاہیں گے مشق کی لو بند آنکھوں کے باوجود آپ کے ذہن میں قائم اور روشن رہے گی اور آپ کوئی یکسوئی محسوس کریں گے۔

مشق بنی کرنے والے حضرات کے ذہن میں دو سوال اکثر آتے ہیں کہ مشق بنی کی مشق کس وقت کتنی دیر تک کرنی چاہئے جہاں تک اس بات کا تعلق ہے کہ کس وقت کی جائے تو ہر مشق کی مدد تاکید کی گئی ہے کہ مشق بنی کیلئے انتہائی پرسکون ماحول کا ہونا ضروری ہے یہ مشق رات کو بھی کی جاسکتی ہے اس کے وقت کا تعین اپنی آسانی کو ملحوظ خاطر رکھتے ہوئے کریں اس بات کا خیال رکھیں کہ مشق کے دوران کوئی بیرونی غلط واقعہ نہ ہو۔ اور یہ وقت ایسا ہو کہ آپ کا ذہن دن بھر کی مصروفیات سے نجات حاصل کر چکا ہو لیکن اتنی دیر میں بھی مشق نہ کریں کہ درمیان میں خند آ جائے ہاں یہ بات ضروری ہے کہ مشق روزانہ ایک ہی وقت کریں۔ مثال کے طور پر اگر آپ نے گیارہ بجے کا وقت مقرر کیا ہے تو روزانہ گیارہ بجے ہی مشق کریں۔ اس طرح آپ کا ذہن مقررہ وقت پر خود بخود تیار ہونے کا عادی ہوتا چلا جائے گا اور مشق میں ایک نظم و ضبط قائم ہوگا۔

دوسرا سوال یہ کہ مشق کتنی دیر کرنی چاہئے۔ اس کے بارے میں عرض ہے کہ ہر مشق میں ماہرین نے الگ الگ مدت بتائی جاتی ہے آپ جس مشق کو بھی کریں اس کی مقررہ مدت کا خیال رکھیں مشق کا انتخاب خود کریں جو طریقہ آپ کو آسان معلوم ہو اس کو اپنائیں یہ بات ذہن میں رکھیں کہ آپ نے مشق بنی کی تمام مشقیں نہیں کرتی ہیں بلکہ کسی ایک کا انتخاب کرتا ہے اور بھر اس پر عمل کرتا

ہے۔ دوسرا یہ بھی ہے کہ مشق بنی کے ذریعہ توجہ کا ارتکاز حاصل کرنے کے لئے انسان خود بھی بہت کچھ کر سکتا ہے جو شخص اس پر کامل یقین رکھتا ہے اور اس میں مستقل حراستی بھی موجود ہے اور وہ باہت لوجوان ہے وہ جلد ہی اس میں کامیاب بھی ہو سکتا ہے بعض ایسے حضرات بھی موجود ہیں جو کئی برس سے مشق کر رہے ہیں لیکن ہنوز کامیاب نہیں ہوئے۔ اس مقصد میں وہ ہی لوگ کامیاب ہوتے ہیں جو پریشان حال اور بیمار وغیرہ نہ ہوں۔ اس لئے اس مقصد کے لئے مدت کی قید نہیں لگائی جاسکتی کہ کتنی مدت میں کامیابی حاصل ہوگی۔ دیکھنا یہ ہے کہ آپ کتنی دیر میں مشق بنی سے ارتکاز توجہ حاصل کرنے میں کامیاب ہوتے ہیں جس وقت آپ اپنے آپ کو ایک نکتے پر لانے میں کامیاب ہو جاتے ہیں تو سمجھ لیں کہ آپ نے اپنا پہلا قدم کامیابی سے اٹھایا ہے اور اس کے بعد دوسری مشق کرنے کی کوشش کریں اور آہستہ آہستہ مسلسل قدم آگے کی طرف بڑھاتے چلے جائیں۔ انشاء اللہ ایک وقت ایسا آئے گا کہ آپ فنی طاقتوں کے مالک بن جائیں گے لیکن اس مقصد کو حاصل کرنے کے لئے مسلسل محنت اور مشق کی ضرورت ہے۔ بعض اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ ایک شخص ترقی کرتے کرتے دس منٹ سے لے کر 12 منٹ تک مشق کی لو کو کامیابی سے سمجھنا شروع کر دیتا ہے تو اگلے ہی روز ایسا بھی ہوتا ہے کہ وہ مشق کو 2 منٹ سے لے کر 3 منٹ تک بمشکل بخود کیہ سکتا ہے اور اس کے بعد اس کی آنکھوں سے پانی نکلتا شروع ہو جاتا ہے اور وہ بالکل چمپکائے پر مجبور ہو جاتا ہے لیکن اس حالت میں باؤس نہیں ہونا چاہئے یہ حالت صرف عارضی طور پر ہوتی ہے اور چند ہی

دلوں میں انسان پھر اپنی روٹھن کے مطابق شمع جینی کرنے کے قابل ہو جاتا ہے  
اکثر و بیشتر لوگوں میں ارتکا زتوجہ 3 منٹ سے لے کر 30 منٹ تک کے دائرہ میں  
حاصل ہو جاتی ہے یعنی اس مقصد کو حاصل کرنے کے لئے 30 منٹ تک پریکٹس  
کی جاسکتی ہے۔ اور عموماً مقصد حاصل ہو جاتا ہے۔

### ثیلی پیتھی اور یوگا

یوگا کے لفظی معنی ہم آہنگی کے ہیں اور اس سائنس کا نقطہ نظر یہ ہے کہ  
انسان میں عتناطیسی قوتیں موجود ہیں جنہیں بیدار کر لیا جائے تو ذہن اور جسم  
میں مکمل ہم آہنگی پیدا کی جاسکتی ہے۔ ذہن کو ان پوشیدہ قوتوں کو بیدار کرنے  
کے لئے ارتکا زتوجہ (Concentration) بہت ہی ضروری ہے۔ اپنی  
مکمل ذہنی توجہ کو ایک جگہ مرکوز کرنے کے عمل کو ارتقا کہتے ہیں جو ہر روحانی عمل کا  
ابتدائی سٹیج ہے۔ اس کیفیت کو اپنے اندر پیدا کر لینے کے بعد ذہن کی عتناطیسی  
قوت آزاد ہو جاتی ہے اور مراقبہ کرنے والے کو اس پر قابو حاصل ہو جاتا ہے  
اور وہ اسے جس طرح چاہے استعمال کر سکتا ہے۔ یہ قوت جو انسان کے  
لاشعور میں موجود ہوتی ہے مراقبہ کے ذریعے بیرونی ذہن میں آ جاتی ہے مشرقی  
ماہرین کا حوالہ دیتے ہوئے میر تقی میر کرتا ہے کہ روحانی قوتوں کو بیدار کرنے کے  
لئے مندرجہ ذیل چیزیں لازمی ہیں۔

1۔ ماضی، حال اور مستقبل کے بارے میں تمام معلومات۔

2۔ دوسروں کے خیالات پڑھنے کا علم۔

- 3۔ احساس کی کیفیت سے آزاد ہو کر غرسوس ہونے کا علم۔
- 4۔ حیات مادی کی طرح حیات روحانی کے بارے میں مکمل معلومات۔
- 5۔ اپنے ہر عمل کے انجام اور رد عمل کے بارے میں معلومات۔
- 6۔ تمام لوگوں کے ساتھ ایسے سلوک کی عادت پختہ ہو۔
- 7۔ مکمل صحت اور توانائی۔
- 8۔ تمام غیر مرئی اشیاء کے بارے میں معلومات۔
- 9۔ روح کے بارے میں علم اور بصیرت۔
- 10۔ دوسروں کے جسم میں داخل ہو کر اس کو اس طرح مجبور کرنے کا علم  
جیسے وہ اپنا بدن ہو۔

11۔ انتہائی فاصلوں کی آوازوں کو سننے کا علم۔

12۔ ہر جگہ روحانی طور پر پہنچ جانے کا علم۔

13۔ خود کو انتہائی چھوٹا اور انتہائی بڑا بنانے کا علم۔

اس جائزے سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ مشرق آج سے سینکڑوں  
سال قبل روحانی علوم میں اتنی ترقی کر چکا تھا اور آج مغرب انہیں علوم کو حاصل  
کرنے کے لئے تجربے اور تحقیق کی منزل سے گزر رہا ہے۔ ثیلی پیتھی کے علم کو  
سیکھنے کے لئے یوگا کی مشقیں بہت اہمیت رکھتی ہیں ایک مشہور کتاب ”یوگا ٹیلی  
پیتھی“ میں یوگا کا ذکر کرتے ہوئے تحریر کیا گیا ہے کہ اس علم کا فلسفہ اور عمل  
ہندوستان سے شروع ہوا۔

جب کوئی شخص اپنے ذہن کو صرف ایک مقصد پر مرکوز کرتے ہیں تو مایاب

ہو جائے تو وہ یوگا سیکھنے کے لئے اس کے بعد اس کے مرطلے میں داخل ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے آپ شمع جلا کر رکھ لیں اور اس کے سامنے دوڑا ہو کر بیٹھ جائیں اور پھر پوری توجہ کے ساتھ شمع کو گھورنا شروع کر دیں۔ توجہ ایک جگہ مرکوز ہونے سے پہلے مختلف رنگوں کی روشنی بھی کم اور کبھی زیادہ محسوس ہوگی۔ لیکن آپ مسلسل شمع کو گھور رہے ہیں اس طرح آہستہ آہستہ آپ گرد و پیش سے بے خبر ہو جائیں گے۔ اور آپ کا ذہن مختلف خیالات سے خالی ہو جائے گا اور آہستہ آہستہ ذہنی یک سوئی پیدا ہوتی چلی جائے گی یہ مشق فطری ارتکاز توجہ (Visual Concentration) کہلاتی ہے اس کے لئے کسی مخصوص مدت کی قید نہیں ہے ابتدا میں دشواری ضرور ہوتی ہے لیکن بعد میں ذہنی یک سوئی پیدا ہو جاتی ہے اور آپ اس کے عادی ہوتے چلے جائیں گے۔

یوگا کی مشقوں کے دوران پرہیز، کردار کی پاکیزگی اور ذہنی بیدار اور اشتغال پیدا کرنے والی مصروفیات سے بچنا بہت ضروری ہے۔ اس کے علاوہ ڈسپلن بھی بہت ضروری ہے۔ آپ کا یہ جاننا بہت ضروری ہے کہ مشق کے دوران مختلف مراحل سے گزرنا پڑتا ہے کبھی ذہن میں سنسناہٹ اور شور و غل سنائی دیتا ہے اور بعض اوقات خالی الذہنی کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ ایسے وقت میں ضروری ہوتا ہے کہ آپ اپنے حسی ادراک پر قابو رکھیں اور ان کیفیات سے متاثر نہ ہوں۔ اپنی توجہ حقیقت پر مرکوز رکھیں یعنی صرف اس بات پر توجہ رکھیں کہ آپ شمع کو گھور رہے ہیں بعض اوقات اس مشق کے دوران خالی تصاویر بھی نظر آتی ہیں جو صرف فریب نظر ہوتا ہے اس لئے ان سے خوف زدہ نہیں

ہونا چاہئے۔ اس مشق کے دوران جو کچھ بھی نظر آتا ہے وہ آپ کے ذہن کے اندر پوشیدہ خیالات ہوتے ہیں جو حتمی اشعور سے نکل کر خیالی شکل اختیار کر لیتے ہیں اور اکثر بہت ہی پاکیزہ ہوتے ہیں لیکن چونکہ ان کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں ہوتا اس لئے خوف زدہ نہیں ہونا چاہئے۔ یوگا کی مشقوں سے ذہن اور جسم پر کنٹرول حاصل کیا جاتا ہے وہ فطری مشق کے عمل میں بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے لیکن واضح رہے کہ یہ مشقیں آسان نہیں ہیں اس لئے ماہرین یوگا کے علاوہ دوسری مشقیں اپنانے کو ترجیح دیتے ہیں۔

## خیالات کی ماہیت

انسانی ذہن میں جو خیالات پیدا ہوتے ہیں وہ دو طرح کے ہوتے ہیں خیالات کی پہلی قسم وہ ہے جو آئندہ چل کر کوئی ٹھوس حقیقت بن جاتی ہے اور دوسری قسم وہ ہے جو کبھی بھی ٹھوس حقیقت میں تبدیل نہیں ہوتے۔ خلل کرنے والے خیالات کی زد میں صرف وہی خیالات آتے ہیں جن کی کوئی تصویر یا مجسمہ نہیں بنایا جاسکتا۔ انسان ان خیالات کو کائنات سے اخذ کرتا ہے اور جس شخص کو کبھی چاہئے سمجھ سکتا ہے۔ ہر خیال اپنی بناوٹ کے لحاظ سے روشنی اور آواز کی مانند ہوتا ہے جس طرح آواز اور روشنی کی لہروں کو ٹیلی وژن اور ریڈیو کے ذریعہ سمجھا اور وصول کیا جاسکتا ہے بالکل اسی طرح خیالات کی لہروں کو بھی سمجھا اور وصول کیا جاسکتا ہے اور اسی علم کا نام فطری مشق ہے۔

خیال کو ہم محسوس کر سکتے ہیں لیکن اس مقصد کے لئے احساس کا تیز اور قوی

ہونا انتہائی ضروری ہے ہر شخص میں یہ صلاحیت نہیں ہوتی کہ وہ خیال کی لہروں کو وصول کر سکے اس مقصد کو حاصل کرنے کے لئے بڑی محنت اور مشق کی ضرورت ہوتی ہے۔ بہت زیادہ تحقیق کے بعد آخر کار ماہرین نے اس کو بات کو تسلیم کر لیا ہے کہ انسانی دماغ کسی آلہ یا مادی واسطے کے بغیر دور دراز فاصلوں سے خیالات کی لہروں کو وصول کر سکتا ہے اور انہیں فزیکی کر سکتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی ساتھ آئندہ ظہور پانے پر ہونے والے واقعات کو جان سکتا ہے لیکن ماہرین ابھی تک یہ معلوم نہیں کر سکے ہیں کہ ٹیلی ویشن کو کس طرح سائنسی اصولوں کے مطابق بنایا جائے تاکہ اسے باقاعدہ طور پر استعمال کیا جاسکے۔

ٹیلی ویشن کا عامل مسلسل مشق اور تربیت سے اپنے اندر ایک نئی صلاحیت اور قوت پیدا کر لیتا ہے۔ یعنی وہ اپنے خیالات و دوسروں تک پہنچا سکتا ہے اور دوسروں کے خیالات وصول کر سکتا ہے چاہے ان کے درمیان کتنا ہی فاصلہ کیوں نہ ہو۔

روشنی کی رفتار ایک لاکھ 86 ہزار میل فی سیکنڈ ہے اور ماہرین کے خیال کے مطابق اس واقعہ خیال کی رفتار روشنی کی لہروں سے بھی زیادہ تیز ہے لیکن ابھی تک یہ معلوم نہیں ہو سکا ہے کہ اس کی رفتار کتنی تیز ہے انتقال افکار کا فن تغیر اعصاب اور تغیر خیال پر مشتمل ہے۔ اس تغیر کے لئے ایک سوئی کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ تمام خیالات کو ایک مرکز پر جمع کر دیا جائے۔ شعور پر اختیار کا مطلب بھی خیالات پر کنٹرول حاصل کرنا ہی ہے۔ خیال اور شعور دراصل ایک ہی چیز کے دو علیحدہ علیحدہ نام ہیں۔ عمل قویہ سے خیالات کے بھوم

پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

## نورانی پیکر

لطیف سے لطیف مادے کی طاقتور لہروں کا نکتات میں ہمیشہ موجود رہتی ہیں۔ اس کو ایتر کیا جاتا ہے ایتر کی تین قسمیں ہوتی ہیں۔

- 1۔ یکمادی ایتر..... یہ بزرگ کا ہوتا ہے۔
- 2۔ لائف ایتر..... اسے نورانی ایتر بھی کہا جاتا ہے اس کا رنگ گہرا نارنجی ہوتا ہے اور بعض اوقات سنہرا محسوس ہونے لگتا ہے۔
- 3۔ لائف ایتر..... یہ آسانی رنگ کا ہوتا ہے۔ یہ روحانیت کی علامت ہے اور ہر اس راہبیت بھی دکھتا ہے۔

ایتر کو سائنسی اصطلاح میں ”فیلڈ آف فورس“ بھی کہتے ہیں۔ روحانیت کی دنیا میں نورانی پیکر جتنا نمایاں ہوتا چلا جاتا ہے روحانیت بڑھتی جاتی ہے۔ انسان کے اس عکس یا روحانی پیکر کا نام ماہرین نے ”اسٹرل پروجیکشن“ رکھا ہے ماہرین کے مطابق جب ہمارا شعور معطل ہو جاتا ہے تو یہ نورانی پیکر ہمارے جسم سے علیحدہ ہو کر عجائبات عالم کی سیر کو کل جاتا ہے ہر جگہ یہ پیکر اپنے جسم سے کچھ نہ کچھ تعلق ضرور رکھتا ہے اس لئے ہمارا شعور بھی اس کی آواز دہرے کے کچھ متاخر و کچھ لیتا ہے جو فیض دانی کے زمرے میں آتے ہیں۔ ماہرین میں سے بعض اس نورانی پیکر کو امیزا بھی کہتے ہیں اور اس کی تغیر کی کوشش کرتے ہیں۔



اگر آپ نورانی پیکر کی کچھ شامیں دیکھنا چاہتے ہیں تو اس کا ایک سائنسی طریقہ بھی موجود ہے اور وہ ہے کہ اپنے ایک ہاتھ کو اسٹیش فیلڈ سے نکلنے والی الیکٹروایلیٹ ریڈ کی دھار پر کھویں تو اس صورت میں آپ کے جسم کے اردوں ڈیپارچ یا اس سے بہنے والی توانائی کا گلس بھی دیکھا جاسکتا ہے۔

جو لوگ ادراک یا اورائے حواس کی مشقیں کرتے ہیں ان کے لئے ضروری ہے کہ وہ اپنے اس نورانی پیکر کی توانائی کو اپنے خاکی جسم میں جذب کریں اس کے لئے دو تین قسم کی مشقیں مخصوص ہیں۔ یہ وہی چیز ہے جس کو شروع میں سرینٹ پاور بیدار کرنے کا نام دیا گیا ہے اور یہ شیخ نجی کی مشق سے بیدار کی جاسکتی ہے۔ انتقال افکار کے زمرے میں اسٹروٹ پر پروجیکشن بہت ضروری ہے اس نورانی پیکر کو براہ راست کنٹرول کرنا لازمی ہے کیونکہ جس وقت آپ خیالات سمجھنا شروع کر دیں گے تو اس وقت یہ نورانی پیکر درمیان میں مائل ہو جائے گا اور پھر بہت مشکل ہوگی۔

### انتقال افکار کے مضر اثرات

انتقال افکار کی مشقیں جس وقت غلط طریقے سے کی جاتی ہیں تو اس کا نتیجہ مختلف قسم کی بیماریوں کی صورت میں اکثر ظاہر ہوتا ہے مثلاً اعصابی اختلال، جسمانی امراض یا دماغی توڑ وغیرہ۔

اعصابی اختلال کے مریض کو جب دورے پڑتے ہیں تو وہ مختلف قسم کے دھوکوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اس صورت حال سے نجات پانے کا طریقہ یہ ہے

کہ اس وہم پر قطعی طور پر کوئی دھیان نہ دیا جائے۔ اگر اعصابی اختلال کا معقول علاج نہ کیا جائے تو یہ آگے بڑھ کر دماغ کو بھی متاثر کر دیتا ہے جس کی وجہ سے مریض رفتہ رفتہ دماغی اور اعصابی اختلال میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اسے دوسرے لفظوں میں مضطرب بھی کہا جاتا ہے۔

انتقال افکار کی مشقوں میں ناکام ہونے کی وجہ سے دماغ کچھ عرصے کے لئے اختصار کا بھی شکار ہو جاتا ہے۔ یہ ایک ایسا مرض ہے جو خود بخود پیدا ہوتا ہے لیکن جس وقت آپ خود کو کسی کام میں مصروف کر لیتے ہیں تو خود بخود ہی دور بھی ہو جاتا ہے۔ اس حالت میں آپ کوئی کام سکون سے نہیں کر سکتے اور اس کام کے دوران آپ کو طرح طرح کی خیالات آئیں گے جو آپ کی توجہ کو ہٹائیں گے اور یہی توجہ کا بننا اختصار دماغ ہے۔ اسے صرف یکسوئی کی مدد سے ہی قابو کیا جاسکتا ہے۔

بعض اوقات انتقال افکار کی مشقوں پر عمل درآمد کے دوران کچھ جسمانی امراض بھی لاحق ہو جاتے ہیں جن کا علاج کچھ اتنا آسان نہیں ہوتا۔ بعض اوقات ان مشقوں کے دوران اگر شعوری مراکز پر مزید دباؤ ڈالا جائے تو جسم میں خون کی کمی واقع ہو جائے گی۔ اس میں چہرہ زرد ہو جاتا ہے۔ آنکھیں برقان زدہ معلوم ہونے لگتی ہیں۔ جسم سوکھنے لگ جاتا ہے، معدے کا فصل بگڑ جاتا ہے اور پیپرز صحیح طور پر اپنا کام نہیں کرتے۔ اس لئے اگر مشقوں کے دوران کسی ایسی قسم کا جسمانی عارضہ لاحق ہو جائے تو فوراً کسی قابل حکیم یا ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہئے۔

## ایک سوال

ایک سوال ہمارے ذہن میں اکثر پیدا ہوتا ہے کہ ادراک اور اے حواس یا مستقبل بینی کی اہمیت پیدا کرنا اس دنیا اور بنی نوع انسان کے لئے فائدہ مند ہے یا نقصان دہ؟

اس کے فائدے کے لئے ہم یہ دلیل پیش کر سکتے ہیں کہ جس ہمارے ظاہری حواس کی کاوشیں بنی نوع انسان کے لئے نقصان دہ نہیں ہو سکتیں تو حواس باطنی کی کارکردگی کو ہم برائیاں سمجھیں۔ حضرت انسان نے اپنے مادی تجربات کے ذریعے برے دور رس فوائد حاصل کئے ہیں۔ بعض جاندار محفوقوں نے مختلف علوم کی تحقیقات کے سلسلہ میں خود کو قربان کر دیا۔ تغیر کائنات کا عزم شروع ہی سے انسانی افعال میں کار بند رہا ہے۔ اس کی نظر میں جتنی وسعت ہوگی، عمل میں جتنا جوش و خروش اور کام میں جتنی زیادہ دلچسپی ہوگی اتنا ہی اس کا مقام اعلیٰ درجہ پر جاتا چلا جائے گا چند افراد کی ذاتی قربانیوں سے آج ہم بے پناہ فوائد حاصل کر رہے ہیں آج ہم نے اپنی مادی دنیا کی تقریباً تمام قوتوں کو سخر کر لیا ہے۔ سوچنے والی بات یہ ہے کہ کیا انسان نے خود بخود انہیں سخر کر لیا ہے۔ ایسا نہیں ہے بلکہ ان کو اپنا تابع دار بنانے کے لئے اسے بڑی مشقتیں اٹھانی پڑی ہیں۔ جس طرح ظاہری حواس سے کام لے کر جو مادی ترقیاں کی گئی ہیں۔ اور ان میں لاکھوں جانیں قربان ہوئی ہیں بالکل اسی طرح غیر مادی ترقی کے پرخطر راستے میں بھی ہزاروں لوگوں نے اپنی زندگیاں نچھاور دی ہیں۔

اصول جو اس کتاب میں آپ کی خدمت میں پیش کئے گئے ہیں ان کی تلاش خراش کے دوران بہت سے عاملوں کی جانیں چلی گئیں۔ کچھ پاگل ہو گئے اور کئی آدمیوں نے خود کشی کر لی لیکن ان کا چھوڑا ہوا اثاثہ رائیگاں نہیں گیا۔ وہ ہمیشہ ہماری ہمتوں کو بڑھاتا رہے گا کہ آگے بڑھو اور کائنات کی غیر مادی قوتوں کو تغیر کر لو۔ یہ ماننا کہ یہ قوتیں مہیب معلوم ہوتی ہیں لیکن انسانی عزائم سے زیادہ مہیب نہیں ہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ اچھائی اور برائی کا پہلو ہر شے میں موجود ہوتا ہے مادیت یا رویت دونوں میں روشن اور تاریک پہلو پائے جاتے ہیں۔ آپ اپنی جذباتی توانائیوں کو برے کاموں پر صرف نہ کریں بلکہ ان سے پورا پورا فائدہ اٹھائیں یہ قدرتی نظام ہے کہ جس چیز سے آپ فائدہ اٹھانا چاہیں گے وہ آپ کو ضرور فائدہ پہنچائے گی لیکن اگر آپ اس سے کوئی تحریکی کام لینا چاہیں گے تو وہ تحریکی کام بھی کرے گا۔ اس مقصد کے لئے ایسی طاقت کی مثال دی جاسکتی ہے کہ چاہے تو اس سے کھیتوں میں اناج اگایا جاسکتا ہے اور چاہے تو اس سے خطرناک اور تباہ کن بم بنائیں۔

## نبیلہ پیتھی سیکھنے سے پہلے

نبیلہ پیتھی کو کلیم روحانی یا ترسیل خیالات کا نام دیا گیا ہے۔ یہ انسان کی روحانی قوت کی وہ منزل ہے جہاں پہنچ کر قاصد ختم ہو جاتے ہیں اور لامحدود فاصلے پر بیٹھے ہوئے افراد کے ذہن سے رابطہ قائم کیا جاسکتا ہے۔ گنگوکی جاسکتی

ہے، حالات کو دیکھا اور پرکھا جاسکتا ہے محسوس کیا جاسکتا ہے اور ہدایات دی جاسکتی ہیں، حتیٰ کہ اس کے عمل کی رہنمائی بھی کی جاسکتی ہے روحانی رابطہ کی اس منزل تک پہنچنے کے لئے ضروری ہے کہ۔

1- آپ کو مکمل ذہنی یکسوئی پیدا کرنے پر تامل حاصل ہو۔

2- آپ کا ذہن اس قابل ہو کہ وہ گرد و پیش سے بے نیاز ہو کر اپنے عمل پر توجہ دے سکتا ہو۔

3- آپ کا ذہن صرف اور صرف اپنے کام پر توجہ دینے پر قادر ہو۔ ذہنی یکسوئی کی اس منزل کو حاصل کرنے کے لئے ایک طریقہ کار درج کیا جا رہا ہے۔ اس پر عمل کیجئے لیکن اس بات کو یاد رکھیے کہ ایک ہفتے یا ایک ماہ کی مشق سے بلند یہ درجہ حاصل نہیں کیا جاسکتا بلکہ اس کے حصول کے لئے ایک لمبا عرصہ درکار ہے۔

ذہن کی یکسوئی اور توجہ Concentration اپنی جگہ بہت اہمیت رکھتی ہے۔ ادراک دارانے حواس کی تمام تر بنیادی یکسوئی اور توجہ پر قائم ہے۔ جو شخص اپنے اندر اعلیٰ درجہ کی قوت توجہ پیدا کر لینا ہے وہ اس مقصد میں کامیابی حاصل کر لیتا ہے۔ محویت، استغراق، ذہنی یکسوئی یا توجہ ایک عیضہ کے مختلف نام ہیں۔ جب تک کسی شخص کو اس چیز میں مکمل وسوسہ حاصل نہ ہو وہ کوئی کارنامہ سرانجام نہیں دے سکتا۔ جب تک کسی شخص کی دماغی قوتیں منتشر ہوتی ہی وہ کچھ بھی نہیں کر سکتا۔ کوئی شخص بھی ایک وقت میں دو یا تین مختلف کام سرانجام نہیں دے سکتا۔ اگر کبھی کوئی ایسا کرنے کی کوشش کرتا ہے تو سب کام بگڑ جاتے ہیں۔

دنیا میں ناکام وہی لوگ رہتے ہیں جو اپنے اندر ذاتی یکسوئی اور توجہ پیدا نہیں کر سکتے۔ ذاتی اشتہار کی بناء پر وہ نہ کچھ سوچ سکتے ہیں اور نہ یکسوئی کے ساتھ کوئی کام کر سکتے ہیں۔

انسانی شعور کبھی اپنے فرائض سے غافل نہیں ہوتا۔ وہ جس کام میں مصروف ہے پوری توجہ کے ساتھ اس میں غرق رہتا ہے۔ آپ جس مقصد کی تکمیل کا ارادہ رکھتے ہوں اس کے لئے آپ پوری طرح خود کو اس میں غرق کر دیں۔ اگر کوئی شخص واقعی ٹیلی پتھی کی مشقیں کر کے اس فن میں کامل ہونے کا حتمی فیصلہ اور پختہ ارادہ کر چکا ہے تو پھر اس کو سب سے پہلے کامل توجہ اور ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کے لئے چند مشقیں کرنی پڑیں گی۔ یہ بات سب کو معلوم ہے کہ جب تک دماغ میں اشتہار موجود ہوتا ہے آپ اپنا کوئی بھی کام تسلی بخش طریقہ پر نہیں کر سکتے۔

ایسی حالت میں اعصاب میں بھی اتھری پیدا ہو جاتی ہے۔ ذہنی یکسوئی اور توجہ میں مرکزیت پیدا کرنے کے لئے شیخ نبی بہتر مشق ہے۔ اس سے نہ صرف عضلات ساکن و صامت رہتے ہیں بلکہ اعصابی نظام میں بھی اعتدال پیدا ہوتا ہے اور اہم بات یہ کہ احساسات لطیف ہو جاتے ہیں۔ جو لوگ کم خود اعتمادی کے مالک ہیں ان کے لئے بھی شیخ نبی کی مشق نہایت مفید ہے۔ اس سے خیالات ادھر ادھر بھٹکنے بند ہو جاتے ہیں اور ان میں مرکزیت پیدا ہو جاتی ہے اس سے دماغی قوتوں میں اضافہ ہوتا ہے اور انسان اپنے اندر ایک عجیب قسم کی تہذیبی محسوس کرنے لگتا ہے۔

## شمع بینی کی مشق

ایک موم بتی روشن کر لیں اور اس سے تقریباً دو یا ڈھائی فٹ کے فاصلے پر آلتی پالتی مار کر یا دوڑاؤ ہو کر بیٹھ جائیں۔ اب شمع کی لو کو دہنی یکسوئی کے ساتھ پلٹیں جو پکائے بغیر مسلسل دیکھنا شروع کریں کچھ دیر بعد ایسا محسوس ہوگا جیسے رنگارنگ کرشمے پھوٹ رہی ہیں شمع کی لو کو تیزی لرز رہی ہے اور اس کا ہالا پھیلتا جا رہا ہے اور آپ کے دماغ میں خیالات کا جھوم کم ہوتا جا رہا ہے۔ اس کے بعد آپ کو شریانوں میں شعاعوں کی تیز ٹپک محسوس ہوگی۔ سر میں کچھ گرانی سی پیدا ہوتی محسوس ہوگی اور آخر کار شمع کی لو میں کسی کی شبیہ نظر آنے لگی گی۔

اس حالت میں کسی خوب صورت عورت کی شبیہ بھی دکھائی دے سکتی ہے اور یہ بھی ممکن ہے کہ کوئی انتہائی ڈراؤنی شکل دیکھیں۔ بہر حال کوئی بھی صورت دکھائی دے آپ اس کو دیکھتے رہیں اور صحت نہ ہاریں چند ہفتوں کی مسلسل مشق کے بعد آپ محسوس کریں گے کہ دہنی یکسوئی پیدا ہو چکی ہے اور اب آپ کی توجہ میں ایک قوت پائی جاتی ہے توجہ میں قوت پیدا ہو جانے کے بعد آپ طرح طرح کے حیرت انگیز کارنامے انجام دے سکتے ہیں واضح رہے کہ پختہ قوت توجہ ہی کی ایک ترقی یافتہ شکل ہے لیکن قوت توجہ صرف پختہ قوت کا ذریعہ نہیں ہے بلکہ اس کا تعلق ادراک اور ارادے کو اس سے بھی بہت گہرا ہے۔

## دہنی یکسوئی حاصل کرنے کے دوسرے طریقے

جون گاڈون Jhon Godwin کی کتاب سپر سائیکک Supre Psychics میں غیر معمولی حسی ادراک کے مختلف تجربات کا ذکر کیا گیا ہے۔ ان میں یوگا کی مشقیں بھی شامل ہیں لیکن ارتکاز کے یہ تمام طریقے مشکل ہیں اور کافی مدت کے بعد اس میں کامیابی حاصل ہوتی ہے اکثر لوگ مشق کی دشواری یا وقت کی طوالت کی وجہ سے تھک جاتے ہیں اور ارادہ ترک کر دیتے ہیں۔ ایسے لوگوں کے لئے دہنی یکسوئی حاصل کرنے کے لئے چند ایک طریقے درج ذیل ہیں۔

سب سے پہلے گہرے گہرے سانس لینے کی عادت ڈال لیں۔ اس عادت کے ڈالنے سے انسانی جسم میں آکسیجن مطلوبہ مقدار میں داخل ہوتی ہے اور اس کی وجہ سے توانائیاں بڑھ جاتی ہیں اس مقصد کو حاصل کرنے کے لئے کسی خاص محنت کی ضرورت نہیں ہے۔

دوسرے نمبر پر یہ کہ جب آپ کوئی محنت طلب کام کر رہے ہوں یا کام کے دوران محکم محسوس کر رہے ہوں تو فرش پر بالکل چت لیٹ جائیں اور تقریباً دس سیکنڈ تک سانس بالکل روکے رکھیں۔ پھر دس سیکنڈ تک خارج کریں۔ پھر دس سیکنڈ تک گہری سانس لیں اور اس کو دس سیکنڈ میں خارج کریں۔ یہ عمل دس بارہا کریں۔ اس عمل سے جسم میں غیر معمولی توانائی دوڑتی ہوئی محسوس ہوگی جو کئی گھنٹوں تک برقرار رہے گی۔

دوسرا طریقہ مراقبہ کا ہے جو نئے سیکھے والوں کے لئے بہت کارآمد ہے۔ اس مشق کا بنیادی مقصد پائنل گینڈز Pineal Glands کے عمل کو تیز کرنا ہے۔ اس کے متعلق اکثر کہا جاتا ہے کہ دماغ کے اندر مین پیٹاشنی کے درمیان موجود ہے۔ اس غدد کو روحانی اصطلاح میں تیسری آنکھ بھی کہا جاتا ہے اس مقصد کے لئے ایک خالی میرے گرد بیٹھ جائیں اور موسم بتی جلا کر اپنے سے 130 انچ دور اس طرح رکھیں کہ اس کا شعلہ Pineal Glands کے عین درمیان میں رہے۔ اس کے لئے بہتر ہے کہ موسم بتی اودے رنگ کی ہو موسم بتی کو چند لمبے جلا رہنے دیں تا کہ اس کا شعلہ متوازی ہو جائے۔ اس کے بعد اپنی پلکوں کو کئی بار جھپکائیں اور اس کے بعد بغیر پلکیں جھپکائے شمع کی لو کو گھورنا شروع کر دیں۔ اس کے شعلے کو اس طرح دیکھیں کہ جیسے آپ اس کا مطالعہ کر رہے ہوں۔ شعلے میں آپ کو مختلف رنگ نظر آئیں گے آپ توجہ کے ساتھ گھورتے رہیں اور یہ محسوس کرنے کی کوشش کریں کہ یہ روشنی آپ کی پیٹاشنی کے اندر مل رہی ہے شروع میں کوشش کی جائے تو میں سینکڑوں سے 60 سینکڑ تک بلا پلک جھپکائے شعلے کو گھورا جاسکتا ہے بہر حال جتنی دیر ممکن ہواں کو گھورتے رہیں اور پھر آہستہ آہستہ آنکھیں بند کر لیں۔ بعد میں نظروں کو ادھر پر نیچے گھمائیں لیکن تمام توجہ پیٹاشنی کے مرکز پر مرکوز رکھیں اگر کوئی شخص اس مشق کو صحیح طور پر مکمل کر لیتا ہے تو اس کو اچانک یہ محسوس ہوگا کہ شمع کی لو آپ کے دماغ میں روشن ہے اور یہی مشق کی کامیابی کی علامت ہے۔ اس مشق کے بعد اپنے جسم کو بالکل ڈھیلا چھوڑ دیں۔ آپ بہت آسودگی محسوس کرنے لگیں گے عین ممکن ہے اس

لمبے آپ کے ذہن میں ایک اشرافی عکس ابھرے یا یہ بھی ممکن ہے کہ کئی خاکے نظر آئیں۔ ان کو واضح کرنے کی کوشش کریں اور جن کو آپ پہچان سکیں ان پر پوری توجہ مرکوز کریں یہ ممکن ہے کہ اس وقت آپ ٹیلی پیتھی کی قوت کے ذریعہ کسی سے رابطہ قائم کرنے میں کامیاب ہو جائیں۔ یہ ٹیلی پیتھی کے ذریعے رابطہ قائم کرنے کی پہلی کامیاب کوشش ہوگی۔

انسان کی چھٹی حس بھی جتنی یکسوئی حاصل کرنے میں بڑی حد تک مدد و معاون ثابت ہو سکتی ہے ڈیوڈ ہوائے لکھتا ہے کہ چھٹی حس کی قوت کو زندگی میں رہنمائی کے لئے استعمال کرنا چاہئے لیکن اس کے ساتھ ہی ساتھ یہ بھی لکھا ہے کہ صرف اس کے بھروسہ پر زندگی بسر نہیں کرنی چاہئے یہ صرف انسان کی صلاحیتوں اور کوششوں کو اجاگر کرنے کے کام آ سکتی ہے اس کی مثال یوں دی جاسکتی ہے کہ کوئی شخص صبح 6 بجے بیدار ہونا چاہتا ہے تو اس پر لازم ہے کہ وہ کامل یقین کرے کہ گھڑی اس کے دماغ میں موجود ہے۔ اس کے بعد وہ بستر پر دراز ہو جائے۔ جب نیند کا غلبہ ہونے لگے تو ذہن میں بار بار دہرائے کہ میں صبح چھ بجے بیدار ہونا چاہتا ہوں۔ اور اسی جملے کو دہراتا ہوا اس یقین کے ساتھ سو جائے کہ وہ صبح چھ بجے بیدار ہو جائے گا امید واقف ہے کہ آپ کی آنکھ چھ بجے ضرور کھل جائے گی۔ تقریباً ایک فیض کی مشق کے بعد کوئی شخص اس کو مکمل طور پر اپنا سکتا ہے۔ اس سلسلہ میں یہ بتادینا ضروری ہے کہ کسی قسم کا نشہ یا نیند کی کوئی کھانے کے بعد اس طریقہ میں کامیابی حاصل نہیں ہوتی۔ اس طریقہ کار پر عبور حاصل کرنے کے بعد اس میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔ مثال کے

طور پر ان الفاظ کو دہرایا جاسکتا ہے کہ میں گہری غیندوں کا اور بالکل تروتازہ بیدار ہوں گا وغیرہ۔

ذہن کو ایک ہی جگہ مرکوز کرنے کے لئے یہ طریقہ بھی اپنایا جاسکتا ہے کہ آپ دن میں جن لوگوں کو ملتے ہیں ان کے چہرے بہت غور سے دیکھیں ان کی نمایاں خصوصیات کو ذہن میں رکھیں۔ اس کے بعد جب آپ آرام سے لیٹے ہوئے ہوں تو ان لوگوں کے نام اور چہرے یاد کرنے کی کوشش کریں جن سے آپ کی تمام دن میں ملاقات ہوئی ہو۔ ہر ایک کا نام دہرانے کے بعد اس کے چہرے کا تصور کریں یہاں تک کہ چہرہ واضح ہو جائے اس مشق کے کرنے سے آپ کی یادداشت بہت بھتر ہو جائے گی اور آپ ایک مدت گزرنے کے بعد بھی اس شخص کا نام اور چہرہ یاد رکھ سکیں گے۔ یہ چیز ٹیلی پتھی میں بہت مدد دیتی ہے۔

### ٹیلی پتھی کی مشقوں سے پیدا ہونیوالی بیماریاں اور علاج

ادراک ماورائے حواس کی تربیت کی مشقوں کے دوران اگر کسی قسم کی بداحتیاطی کی جائے تو اس کی وجہ سے بعض اوقات کئی قسم کے جسمانی اور ذہنی امراض لاحق ہو جاتے ہیں ان کی تفصیل مندرجہ ذیل ہے۔

1۔ جنون، دیوانگی، دماغی غلط اور خبط وغیرہ ایک ہی چیز کے مختلف نام ہیں۔ کسی بھی شخص کو ایک ہی طرح کا مرض ہو سکتا ہے مثال کے طور پر ایک آدمی ہر وقت غم زدہ رہتا ہے غم زدگی کے اس خبط کو انگریزی میں میلنکولیا Melancolia کہتے ہیں عربی زبان میں اسی لفظ کو مانجھ لیا کہا جاتا ہے اس

مرض میں جملہ شخص اپنے آپ کو ہر وقت ممکن تصور کرتا ہے اور ہمیشہ رنجیدہ سا ہو کر بیمار رہتا ہے۔ کسی بھی معمولی خبط کو انگریزی میں مینیا Menia کہتے ہیں اس کی مثال یوں دی جاسکتی ہے کہ کوئی شخص اس بات کا تصور کر لے کہ اس کی بات کوئی نہیں مانتا اور اس کی کسی کو ذرہ برابر بھی پرواہ نہیں ہے۔ اس کے بعد ہائپو مینیا Hypo Menia کا نمبر آتا ہے اس میں شخص ہر کام بڑی توجہ اور دلچسپی سے شروع کرتا ہے اور ہر وقت اسی کام میں مصروف رہنے کی کوشش کرتا ہے اور اس مخصوص کام کے علاوہ اس کو باقی دنیا سے کوئی لگاؤ نہیں ہوتا۔ اس بیماری کی شدت میں ایسے شخص پر غم زدگی کے دورے بھی اکثر پڑنے شروع ہو جاتے ہیں اس قسم کی تمام بیماریوں کا بہترین اور شافی علاج تحلیل نفسی کے ذریعے کیا جاسکتا ہے اور اس کی سب سے آسان ترکیب یہ ہے کہ ذہن کو تمام خیالات سے پاک رکھا جائے اس لئے ضروری ہے کہ جب آپ پیش قیاسی کی عملی مشقیں شروع کریں تو صرف انہی مشقوں کے نہ ہو کر رہ جائیں بلکہ بقیہ دنیاوی کاموں میں بھی عملی طور پر حصہ لیں۔ اور کوشش کر کے اپنے دماغ کو تروتازہ رکھیں چند روز کی کوشش سے آپ اپنے دماغ کو ہر طرح کی غلطیوں اور حتمی قسم کے خیالات سے آزاد رکھنے میں کامیاب ہو جائیں گے جو آگے چل کر ضبط کی صورت اختیار کر لیتے ہیں۔

2۔ پیش قیاسی کی بعض مشقوں کے دوران سر درد ہونے لگتا ہے پیشانی کی رگیں دکھنی شروع کر دیتی ہیں اور سر کافی بیماریاں سامھوس ہونے لگتا ہے سر درد دورہ کافی دیر تک بھی رہ سکتا ہے اور بعض اوقات اس مرض کا حملہ صرف چند لمحوں

کے لئے ہوتا ہے اس سے نجات کے لئے ضروری ہے کہ اس کی ظاہری وجوہات کا بخور مطالعہ کیا جائے مثال کے طور پر یہ بات سوچنی جائے کہ آیا یہ سرد درندہ گم لینے کی وجہ سے تو نہیں ہوا۔ یا اس کا محرک معدے کی کسی قسم کی خرابی تو نہیں ہے یا پھر اس کا محرک کوئی ایسی بات بھی ہو سکتی ہے جس پر بحالت مجبوری غور و خوض کیا جائے۔ اکثر اوقات قارئین کے پیشہ کاروں کو یہ بھی سرد درندہ ہو جاتا ہے اس لئے ضروری ہے کہ جیسے ہی سرد درندہ ہوا اس پر فوراً توجہ دی جائے۔ سرد درندہ سے نجات حاصل کرنے کے لئے کسی بھی دلچسپ کتاب کا مطالعہ کیا جاسکتا ہے تاکہ آپ کا ذہن دلچسپ معاملات میں بٹ جائے اور نیند کھل کرنے کی کوشش کرنی چاہئے۔

3۔ ادراک اور رائے خواں کی مشق کرتے وقت اگر لاشعور کی طاقت بہت زیادہ بڑھ جائے تو بعض اوقات بخار چڑھ جاتا ہے۔ یہ بخار ایسا ہی ہوتا ہے جیسا کہ ہینڈ وغیرہ کا ٹیکہ لگوانے سے چڑھ جاتا ہے اور پھر ایک مخصوص مدت کے بعد خود بخود اتر جاتا ہے۔ اس بخار میں انسان کی ہڈیاں دیکھنے لگ جاتی ہیں اور آنکھیں جلتی ہوئی سی محسوس ہونے لگتی ہیں اگر مشق کے دوران کسی شخص پر اس بخار کا حملہ ہو جائے تو اسے گھبراتا نہیں چاہئے اور اپنے ذہن میں یا کسی قسم کے فکر کو جگہ نہیں دینی چاہئے کیونکہ یہ ایک وقتی چیز ہوتی ہے۔ اس قسم کے بخار کا علاج کسی بھی مستند ڈاکٹر سے کروایا جاسکتا ہے اگر کسی قسم کی دوا استعمال نہ بھی کی جائے تو بخار اگلے روز خود بخود اتر جاتا ہے۔

4۔ ادراک اور رائے خواں کی مشقوں کے دوران بعض اوقات یہ بھی

ہو سکتا ہے کہ اگر رات کو سونے کے لئے لیٹے ہیں تو آپ کو ایسا محسوس ہوگا کہ کوئی آپ کے سینے پر چڑھا بیٹھا ہے اور اپنی پوری قوت سے آپ کا گلا گھونٹنے کی کوشش کر رہا ہے یہ ایک انتہائی تکلیف دہ اور پریشان کن مرض ہے مریض اپنے آپ کو اس غیر مرئی طاقت کی گرفت سے چھڑانے کی کھل کوشش کرتا ہے لیکن اس کو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ اس کا بال بال بکڑا ہوا ہے مریض ایسی حالت میں پوری آواز سے چیخا چاہتا ہے لیکن ایسی حالت میں اس کی آواز مطلق کے اندر ہی گھٹ کر رہ جاتی ہے۔ بعض اوقات ایسا بھی محسوس ہوتا ہے کہ آپ چیخ تو رہے ہیں لیکن آواز سنائی نہیں دے رہی ہے۔ اس مرض کا در خود بخود ہی کچھ دیر کے بعد ٹوٹنا شروع ہو جاتا ہے اور مریض کچھ دیر کے بعد اپنے آپ کو اس غیر مرئی طاقت آزاد محسوس کرنے لگتا ہے۔ اس مرض کو کاہل کہا جاتا ہے اس مرض سے بچنے کی آسان اور سادہ ترکیب یہ ہے کہ آپ اپنا بستر تھامت آرام دہ رکھیں اور رات کو سوتے وقت مندرجہ ذیل دو دمن سے ایک کام ضرور کریں۔

1۔ رات کو سوتے وقت اپنے ذہن کو ہر طرح کے خیالات سے بالکل پاک صاف کر لیا۔ کسی بات کو سوچنے کی کوشش نہ کریں۔ اور بالکل خالی الذہن ہو کر سو جائیں۔

ب۔ دوسری صورت میں یہ کیا جاسکتا ہے کہ رات کو سونے سے پہلے کسی کتاب کا مطالعہ شروع کر دیا جائے اور کتاب پڑھتے پڑھتے وہ شخص سو جائے۔

اس موذی مرض سے بچنے کے لئے یہ دونوں ترکیبیں بڑی کامیاب ثابت ہوئی ہیں۔ اس چیز کا خاص خیال رکھیں کہ جذباتیت سے پرہیز کریں اور ہر بات

پر غصے دل سے غور کریں اور کبھی بھی اپنی فطری خواہشات کا گلا گھونٹنے کی کوشش نہ کریں۔

5۔ شمع بنی سے آنکھوں میں درد سامعوس ہونے لگتا ہے اس سے بچنے کا آسان اور سہل طریقہ یہ ہے کہ آنکھوں پر غصے پانی کے چھینٹے مار لے جائیں اس طرح کرنے سے نہ صرف آنکھوں کو خشک پنپتی ہے بلکہ دماغ بھی بڑی حد تک سکون محسوس کرنے لگتا ہے۔

6۔ ایسی حالت میں کہ جس وقت جذباتی دباؤ بہت زیادہ ہو پیش بینی کی غلط سلط مشقیں شروع کر دی جائیں تو ایسے شخص کے جذبات مرگی کے دورے کی صورت میں ظاہر ہونے لگتے ہیں۔ بعض اوقات جنسی، الجھن، بے اعتدال یا ناکام خواہشات کا نمونہ بھی مرگی کے دورے کی صورت میں لگتا ہے اس مرض کا علاج عمل تنویم (پٹانوسم) کے ذریعہ کامیابی سے کیا جاسکتا ہے اس مرض سے بچنے کا آسان اور سہل طریقہ یہ ہے کہ انسان اپنے جذبات پر مکمل قابو رکھے اور خصوصاً جنسی بے راہروی اور بے اعتدالی سے حتی الامکان بچنے کی کوشش کریں۔

7۔ بعض اوقات اوراک مادارے حواس کی مشقوں کے دوران ایسا بھی ہوتا ہے کہ کسی شخص کی آواز بالکل بند ہو جاتی ہے اور انسان کوشش کرنے کے باوجود بھی بولنے میں کامیاب نہیں ہوتا اس مرض کو ایچوٹیا کہا جاتا ہے اس مرض کا حملہ صرف خوف اور دہشت کی زیادتی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ ہوتا یہ ہے کہ پیش بینی کی مشق کے دوران خوف دہشت کی وجہ سے کھمکی بندھ جاتی ہے۔ سائنس اس مرض کا علاج تلاش کرنے میں ابھی تک کامیاب نہیں ہو سکی ہے ہاں البتہ روایت میں

اس کا علاج ہو سکتا ہے۔ واضح رہے کہ اعصابی یک سوئی اس مرض کو دور کر دیتی ہے۔ آپ پر لازم ہے کہ اوراک مادارے حواس کی مشقوں کے دوران اپنے ہوش و حواس کو مکمل طور پر کنٹرول میں رکھیں اور کسی چیز سے خوف زدہ نہ ہوں۔

## احساس کمتری

انسان کی بنیادی کم زوری احساس کمتری ہے۔ یہ احساس اس کی ہر ترقی کی راہ میں حائل رہتا ہے اور ہمیشہ ہم دوسوں، ناقابل یقین اتواہم اور غلط قیاسات کو ختم دیتا ہے۔ صحت مند دماغ ہر طرح کی ترقی کے لئے ضروری ہے اس کے ذریعہ ہم احساس کمتری کے دیو کو آسانی کے ساتھ پچھاڑ کر ہمیشہ کے لئے اپنا غلام بنا سکتے ہیں۔

یہ احساس کمتری ہماری شخصیت کے لئے زہر ملامل کا درجہ رکھتا ہے۔ جب تک اس کی مکمل طور پر ختم نہ کی جائے گی اور اس زہریلے پودے کو جڑ سے اکھاڑ کر دور نہ پھینکا جائے گا ہماری شخصیت کے گہرائے رنگارنگ کبھی مکمل نہیں کیے۔

ذاتی امراض میں جملہ نوے فیصد افراد احساس کمتری کا شکار ہوتے ہیں۔ جس کا علاج دواؤں کے ذریعہ ناممکن ہے۔ اس کا مریض اپنی اس کم زوری سے چھٹکارا پانے کے لئے ہر ترقی کا جھوٹا دعویٰ کرنے لگتا ہے۔ سختی خوری خود ستائی، خود دشمنی، نازک مزاجی، انفرادیت، سب برتری کے جھوٹے احساسات ہیں جو مکمل و محلول کے ابدی قانون کے تحت پیدا ہوتے ہیں اور اس سے دماغ میں مزید



گر ہیں پڑنے لگتی ہیں احساس برتری، خود نمائی یا انفرادیت خود بری چیز نہیں ہیں، لیکن ان کا غلط استعمال برا ہوتا ہے اگر حقیقت پسندی کی حدود سے تجاوز نہ کیا جائے تو ہم ان کے ذریعہ اپنی شخصیت کی بہت کچھ صلاح کر سکتے ہیں۔

ذرا آپ اپنے ملک کی عورتوں کو دیکھئے۔ اپوا کی آپائیں ہمیشہ برابری اور مساوات وغیرہ کے نعرے لگاتی رہتی ہیں، آخر یہ سب کیا ہے؟ عورت روز بروز چراغ خانہ بننے کی بجائے شمع محفل کیوں بنتی جا رہی ہے یہ ٹیڈیٹ یا ٹیڈی ازم کی بنیاد کیا ہے؟ ہم سب کے تحت اشعر میں احساس کمتری کا مہیپ دیو چھپا ہوا بیٹھا ہے۔ چونکہ موجودہ نسل کے نوجوان علمی، تحقیقی اور فکری مشاغل سے محروم رہتے ہیں اور شاید وہ اس کی صلاحیت بھی نہیں رکھتے، اس لئے وہ اپنے کونیاں کرنے اور دکھانے کے لئے اس قسم کا فیشن اور ڈھب اختیار کر لیتے ہیں۔ احساس کمتری کا دوسرا رخ نفرت، تحریب، انتہا پسندی اور تشدد بھی ہے۔ غنڈے، لپے اور بدعاش جو آئے دن سانج و دشمن حرکات کرتے ہیں، وہ اپنی احساسات کمتری کے آکسان کی وجہ سے ایسا کرتے ہیں۔

یہاں خاص طور پر احساس کمتری کا تذکرہ اس لئے کر رہے ہیں تاکہ آپ اپنے اصل مقصد کو مد نظر رکھتے ہوئے اس قسم کے غمخسے میں جلا نہ ہوں اور انتقال افکار کی باقاعدہ مشقوں کے وقت آپ کا ذہن بالکل صاف ہو۔ اس وقت احساس کمتری کے بجائے آپ کے اندر یقین و اطمینان موجود ہونا چاہئے۔

☆☆☆

آسیب، جنات اور کالے جادو کے اثرات سے بچاؤ کے لئے

## عملیات روحانی امراض

دینی پریشانی میں مبتلا لوگوں کی زندگی اجیرن ہوگئی ہے۔ چاہے وہ پریشانی آسیب، جنات، کالے جادو یا پھر کسی بھی باطنی اثرات سے کیوں نہ ہو۔ لوگ خود غرضی میں اسنے آگے نکلے جا رہے ہیں کہ وہ چھپ کر وار کرنے میں بھی کوئی جھجک محسوس نہیں کرتے۔ لوگوں کی ہنسی ہنسی اور خوشحال زندگی کو اپنی خواہش، انا اور مفاد پرستی کی بھیبت چڑھا دینے میں بالکل بھی خوف خدا محسوس نہیں کرتے۔ انہی مسائل کو محسوس کرتے ہوئے اس کتاب میں ایسے عملیات اکٹھے کئے گئے ہیں تاکہ ہر پریشان حال آدمی اپنی کوشش سے گم ہونے والی روحانی امراض سے نجات پائے۔ مثلاً انھیں امراض، مریض کا حال معلوم کرنا، جادو کے توڑ کا مجرب عمل، بندگان کا بار کھولنا، جس بھوت اور چڑیل سے نجات کا عمل، سخت سحلی کے اثرات ختم کرنا، دغ شیخ طین، شمع آسیب، برے خیالات اور نظریے سے بچاؤ کے عملیات۔

اللہ تعالیٰ نے ہر آدمی کو حق دیا ہے کہ وہ اپنی پریشانیوں کے سدھاب کے لئے پوچھ کرے اور کوشش کرنے والوں پر ہی اللہ تعالیٰ اپنی رحمت نازل فرماتا ہے۔

مؤلف: ڈاکٹر شمسٹ جاہ ===== قیمت: 50 روپے

شمع ہلک ایجنسی  
نویڈاسکوائر گراچی  
اردو بازار

Ph: 32773302

روزگار میں ترقی، آمدنی میں دن دو گنی رات چو گنی  
اضافے کے لئے آزمودہ اور پرتاثير عملیات

## عملیات روزگار

حاشا روزگار کے واسطے پریشان لوگوں کے لئے خوشخبری، اپنی ضرورتوں کے مطابق اس کتاب کے نادر و نایاب اور عقلی عملیات سے ہر شخص گھر بیٹھے فائدہ اٹھا سکتا ہے۔ ہر کسی کو اللہ تعالیٰ اس کی محنت، لگن اور جستجو کا پھل ضرور دیتا ہے۔ لہذا ہر شخص لوگ اپنی محنت اور توکل اللہ پر کار بند رہے ہوئے اپنی زندگی کو خوش و خرم اور کامیاب بنا لیتے ہیں۔ اس کتاب میں کامیابی کے بے شمار عملیات موجود ہیں۔ مثلاً ترقی کا مجرب عمل، تجارت میں نفع کا عمل، عزت و توقیر کا پرتاثير عمل، دکان میں گاہک زیادہ آئیں اور مال زیادہ فروخت ہونے کا تیر بہدف عمل عہدہ میں ترقی اور لوگوں کی نظر میں بلند رہنے کے لئے عقلی عمل۔

غرض کہ یہ کتاب بڑی محنت و مشقت سے تیار کی گئی ہے تاکہ ہر ضرورت مند اس جان لیوا مہنگائی کے دور میں روزگار اور آمدنی میں اضافے کے لئے قرآنی عمل سے فائدہ اٹھائے۔

مؤلف: ڈاکٹر حشمت جاہ  $\equiv \equiv \equiv$  قیمت: 50 روپے

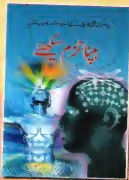
شعبہ ایجنسی نویداس سکوالر گریپی  
اردو بازار

Ph: 32773302

# ہیپنا ٹرزم

## پرسکھتے؟

پہلا 25 روپے



میرٹھ ڈی آئی آر شخصیت چاہیے

ہیپنا ٹرزم ایک ایسے علم کا نام ہے جس کی رو سے ماہر کے لوہے پر روح کا تسلط ہو جاتا ہے۔ ماہیت پروردگار کے  
عالم نے کو ہیپنا ٹرزم کہتے ہیں۔ روحانیت کے انداز کے باعث کسی شخص کی ماہیت پر غالب ہونا آسان ہو جاتا ہے۔  
آج تک ہیپنا ٹرزم ایک راز قرار رہا اگر مطلق کی نگاہ سے دیکھا جائے تو ہیپنا ٹرزم میں کوئی ماہر کا درجہ نہیں ہے۔  
اس میں کوئی وجہ کی یا کوئی الجھن نہیں ہے۔ بلکہ ہیپنا ٹرزم نام ہے اس جملہ خیال کا جس میں روح کسی بھی ماہر پر غالب  
آسکتا ہے اور وہ طاقت جس کی وجہ سے معمول کی جسمانی امور باقی ترتیب حال کے ذریعہ محکم کام کرنے لگ جاتی ہے۔  
صرف ”علم خیال“ سے مطلق ہے۔

Ph: 32773302

شیخ یونس محسنی خیو اردو بانڈا کر لپی